Nicolae Olèxiuc Iulia Olexiuc

1800 RETETE CULINARE PRACTICE

NICOLAE OLEXIUC IULIA OLEXIUC

1800
REŢETE CULINARE PRACTICE

EDITURA TEHNICĂ
Bucureşti — 1986

Lucrarea, scrisă de un maistru bucătar cu experienţă îndelungată şi de soţia sa, cuprinde peste 1 800 de reţete culinare practice cu ajutorul cărora gospodinele, chiar cele fără experienţă, pot prepara diferite mîncăruri pentru consum obişnuit sau pentru diferite ocazii (picnicuri, ceaiuri, mese festive etc.). Este prezentată o gamă variată de preparate, de la cele mai simple la cele mai complicate şi rafinate ca gust şi mod de prezentare. Astfel, sînt prezentate reţete de: aperitive diverse; salate; sosuri; preparate din ouă; omlete şi sufleuri; budinci, clătite şi tarte; pîine şi alte preparate făinoase cu brînzeturi, legume şi fructe; preparate din peşte, raci, melci şi scoici; supe, ciorbe şi borşuri; preparate din legume fără carne; preparate de pasăre; preparate din carne de vită, de oaie, de porc şi din măruntaie; preparate de vînat; dulciuri şi prăjituri de casă; băuturi preparate în casă; compoturi şi spume din fructe; fructe confiate şi glasate, marmelade, gemuri şi dulceţuri; îngheţate; conservarea legumelor, zarzavaturilor şi fructelor; peşte conservat.

Cartea este destinată gospodinelor tinere şi celor cu experienţă, putînd servi, de asemenea, lucrătorilor începători din branşa culinară.

Bucătăria este un fapt de cultură, dezvoltarea ei are caracter istoric și este strîns legată de dezvoltarea civilizației și a culturii omenești în general. Dar bucătăria nu este doar un act de cultură semnificativ, ci și domeniul unor performanțe individuale. În zilele noastre, ca și altădată, prestigiul profesiunii de bucătar constă, înainte de toate, în valoarea și calitatea prestațiilor personale. În secolul nostru de înaltă tehnicitate și de supremație a industriei, cînd esențialul activității umane se traduce (măsoară) în termeni cantitativi, de producție de masă, rapiditate, rentabilitate, important pentru bucătar este de a conserva caracterul artizanal al bucătăriei. Marii bucătari n-au fost niciodată prizonierii rețetelor, amprenta lor poate fi recunoscută în modul în care improvizează (creează), tot timpul, adăugînd, substituind, înlocuind ingrediente, variind dozele sau timpii de transformare și combinare, așa încît să obțină mereu efecte noi și gusturi din ce în ce mai variate și mai rafinate.

Pentru maistrul bucătar Nicolae Olexiuc, vechi artizan în slujba artei culinare, atît de elogiat de către rafinatul în alte gastronomiei Al.O. Teodoreanu și deseori citat în articolele acestuia în presa timpului la CRONICA GASTRONOMULUI, bucătăria este o mare sărbătoare; o face cu plăcere și tot cu plăcere destăinuie tuturor din îndelungata lui experiență.

Dacă istoria mîncărurilor, inseparabilă de istoria popoarelor, nu s-a schimbat prea mult și dacă marile rețete (rețetele consacrate) au rămas aceleași, în ciuda simplificării impresionabile a bucătăriei contemporane, este indispensabil a se ține cont de cercetările moderne în știința dieteticii. Dietetica poate fi numită arta de a se hrăni sănătos și natural.

Profesionist rafinat, dublat de o calitate umană deosebită, Nicolae Olexiuc (nea Colea) a rămas, așa cum l-am cunoscut în anii formării mele profesionale, fidel vocației sale.

DUMITRU BURTEA
Președintele Asociației Bucătarilor
și Cofetarilor din România

CUPRINS

Prefață 3
Introducere 8

1. *Aperitive (gustări)* 13

1.1. Sandvișuri 13
1.2. Tartine 14
1.2.1. Tartine reci 14
1.2.2. Tartine calde 17
1.3. Aperitive diverse servite calde 19
1.4. Aperitive diverse servite reci 21
1.5. Umpluturi pentru aperitive 23
1.6. Pateuri, saleuri și sărățele 23
1.7. Aluaturi pentru aperitive 25
1.8. Gogoși și bușeuri — gustări 26
1.9. Crochete 28
1.10. Paste pentru sandvișuri și tartine 29
1.11. Aperitive (gustări) combinate 32
1.12. Aperitive din legume, servite reci 33

2. *Salate* 38

2.1. Salate de legume 38
2.2. Icre și salate cu pește 47
2.3. Salate cu carne 49

3. *Sosuri* 50

4. *Preparate din ouă* 62

4.1. Preparate din ouă servite reci 62
4.2. Preparate din ouă servite calde 65

5. *Omlete și sufleuri* 73

5.1. Omlete 73
5.2. Sufleuri 76

6. *Budinci, clătite și tarte* 82

6.1. Budinci 82
6.1.1. Budinci fără zahăr 83
6.1.2. Budinci dulci 88
6.2. Clătite 92
6.3. Tarte și pizza 96

7. *Pîine și preparate din făinoase cu brînzeturi, legume și fructe* 98

8. *Preparate din pește, raci, melci și scoici* 109

9. *Supe, ciorbe și borșuri* 134

9.1. Supe 134
9.1.1. Supe din carne sau oase 134
9.1.2. Consommé uri 136
9.1.3. Supe de legume 138
9.1.4. Supe-cremă 147
9.2. Borșuri 153
9.2.1. Borșuri vegetariene 153
9.2.2. Borșuri cu carne sau de oase 160
9.3. Ciorbe 164
9.4. Diferite preparate pentru supe, borșuri și ciorbe 170

10. *Preparate din legume fără carne* 174
10.1. Preparate din cartofi 174
10.2. Preparate din ardei 191
10.3. Preparate din anghinare 192
10.4. Preparate din andive 193
10.5. Preparate din dovlecei 193
10.6. Preparate din bame 197
10.7. Preparate din conopidă 198
10.8. Preparate din ciuperci 200
10.9. Preparate din mazăre 208
10.10. Preparate din morcovi şi carote 211
10.11. Preparate din napi 213
10.12. Preparate din bob 213
10.13. Preparate din fasole 214
10.14. Preparate din castane 217
10.15. Preparate din castraveţi 217
10.16. Preparate din gulii 219
10.17. Preparate din praz 220
10.18. Preparate din spanac 222
10.19. Preparate din varză 223
10.20. Preparate din vinete 226

11. *Preparate din orez, grîu, arpacaş, hrişcă, griş* 228
11.1. Preparate din orez 228
11.2. Preparate din grîu, arpacaş, hrişcă şi griş 232

12. *Preparate din carne de pasăre* 234

13. *Preparate din carne de vită, porcine şi ovine* 270
13.1. Rasoluri 271
13.2. Preparate din carne cu legume, fructe şi făinoase 273
13.3. Preparate cu tocătură din carne de vită, porc sau oaie 282
13.4. Specialităţi din carne de vită şi de porc 296
13.5. Preparate tradiţionale din porc 317
13.6. Preparate din carne de viţel 336
13.7. Preparate din carne de ovine 339

14. *Preparate din măruntaie* 343

15. *Preparate din vînat* 348
15.1. Preparate din vînat cu pene 348
15.2. Vînat cu păr 360

16. *Dulciuri şi prăjituri de casă* 367
16.1. Dulciuri şi prăjituri din aluat dospit cu drojdie de bere: cozonac, pască, brioşe, cornuri, gogoşi, prăjituri cu fructe, savarină, învîrtite etc. 367
16.2. Dulciuri şi prăjituri din aluat de foi de plăcintă, aluaturi fragede şi foitaj: ştrudel, sarailie, baclava, trigoane, cataif, tarte cu fructe, lintzer, plăcinte cu fructe, plăcinte cu brînză, rulouri, flancuri, cremşnit, plăcinte din foitaj cu fructe 375
16.3. Prăjituri din cocă opărită: ecleruri, gogoşi (choux à la crem), profiterol 390
16.4. Prăjituri din aluaturi sfărîmicioase: cornuleţe, pesmeciori, biscuiţi, fursecuri, minciunele 391
16.5. Checuri, pandişpan, rulade, turte dulci etc. 395
16.6. Prăjituri şi dulciuri diverse 399
16.7. Torturi şi componente pentru torturi şi alte dulciuri şi prăjituri 407
16.7.1. Blaturi pentru torturi şi foi de tort 407
16.7.2. Torturi 410
16.7.3. Creme pentru torturi şi fondant 414
16.7.4. Glazuri 419
16.7.5. Siropuri pentru prăjituri 420
16.7.6. Jeleuri 421
16.8. Creme-spumă şi sosuri dulci 422
16.8.1. Creme-spumă 422
16.8.2. Sosuri dulci 423

17. *Băuturi* 428

17.1. Băuturi nealcoolice 428
17.2. Băuturi alcoolice (lichioruri, afinată, vinuri și cidruri) 431
17.3. Siropuri 437

18. *Compoturi și spume de fructe* 439

18.1. Compoturi pentru consum imediat 439
18.2. Compoturi pentru iarnă 440
18.3. Spume de fructe 441

19. *Fructe confiate și glasate, marmelade, gemuri și dulcețuri* 422

19.1. Fructe confiate și glasate 442
19.2. Marmelade și gemuri 443
19.3. Dulcețuri 444

20. *Înghețate* 451

21. *Conservarea legumelor, zarzavaturilor și fructelor* 456

21.1. Conservarea legumelor și zarzavaturilor în stare proaspătă 456
21.2. Conservarea legumelor și zarzavaturilor prin murare 458
21.3. Conservarea unor legume și verdețuri prin suprasărare 464
21.4. Conservarea legumelor prin sterilizare 465
21.5. Conservarea legumelor prin deshidratare (uscare) 472
21.6. Conservarea fructelor prin deshidratare (uscare) 474
21.7. Aperitive din legume conservate prin sterilizare 475

22. *Pește conservat* 477

Index 479

INTRODUCERE

Lucrarea oferă gospodinelor de toate vîrstele îndrumările practice necesare pentru pregătirea diferitelor feluri de gustări, mîncăruri de legume fără carne, mîncăruri cu carne, dulciuri și prăjituri de casă etc. Pe lîngă rețetele prezentate, fiecare capitol nou cuprinde explicații suplimentare la rețetele de bază.

Înainte de a trece la pregătirea diferitelor feluri de preparate de mîncare, gospodina trebuie să acorde cea mai mare grijă ca acestea să se realizeze în condiții de igienă.

Pentru a nu pierde mult timp cu căutarea diverselor componente alimentare, a veselei și a altor scule necesare la pregătire, trebuie păstrată ordine în cămară, în bufet, ca și în bucătărie, fiecare lucru avînd locul său stabilit.

Meniul se stabilește din timp și în funcție de alimentele existente, ținîndu-se seama totodată de faptul că hrana noastră trebuie să fie rațională, neputîndu-se mînca numai după bunul plac, iar monotonia aceluiași fel de mîncare duce la plictiseală și la lipsa poftei de mîncare.

Organismul omului are nevoie atît de substanțe nutritive din grupul alimentelor de origine animală care sînt bogate în proteine, lipide și mai puțin în glucide, cît și de alimente de origine vegetală, care sînt mai sărace în proteine și lipide, dar mai bogate în glucide, în substanțe minerale și vitamine. Ambele grupuri de alimente au valori nutritive și sînt necesare în hrana omului, pentru a recupera energia calorică consumată.

Combinarea alimentelor în prepararea hranei asigură satisfacție gustativă, digestie ușoară și completarea necesarului de substanțe nutritive pentru producerea energiei calorice de care are nevoie viața omului.

La întocmirea unui meniu nu este totul să avem pe masă o hrană îmbelșugată și cît mai gustoasă. Este mai important să știm ce și cît trebuie să mîncăm; să nu abuzăm numai de aceleași alimente prea bogate în unele substanțe nutritive și calorii și sărace în altele sau invers. În ambele cazuri, plusul sau minusul de substanțe nutritive și de calorii poate duce la îmbolnăvirea organismului.

Deci, pentru o hrană corectă și de saturație, bazată pe toate substanțele nutritive, meniul trebuie compus judicios, combinînd alimente și feluri de mîncare cît mai variate. Meniurile compuse numai din anumite feluri de mîncare, rafinate sau supraconcentrate, creează plăcerea de a mînca cît mai mult, ceea ce favorizează îngrășarea și deci depășirea greutății normale a corpului, în același timp producînd treptat o uzură prea timpurie a organismului nostru.

Gustul și aspectul cît mai frumos al preparatelor stimulează apetitul, contribuind totodată la o digestie cît mai bună.

Lucrarea de față cuprinde rețetele necesare și practica pregătirii unor mîncăruri cît mai gustoase și cît mai variate care aparent, la început,

sînt greu de preparat, dar care, în urma încercărilor şi cu puţină atenţie la sfaturile din reţete, vor deveni foarte simple şi uşor de pregătit.

Majoritatea mîncărurilor din aceeaşi grupă se prepară la fel, deosebirea constînd numai în schimbarea componentelor şi a modului de prezentare care depinde de fantezia gospodinei. Deprinderea ornării preparatelor se dezvoltă ţinînd seama de îndrumările cuprinse în această carte care trebuie cunoscute în amănunt. Nu este suficient să fie însuşite doar cantităţile de alimente prevăzute la fiecare reţetă, ci trebuie acordată atenţie deosebită modului de preparare şi a altor sfaturi care se dau în cele ce urmează.

Sfaturi practice

Legumele se curăţă în momentul pregătirii căci altfel, dacă stau curăţate şi nu se pregătesc imediat, se oxidează şi se închid la culoare.

Spălarea legumelor după curăţire se recomandă să se facă cît mai repede, pentru a evita trecerea unei părţi din substanţele nutritive şi vitamine în apa de spălare.

Salatele se pot pregăti din timp însă nu se adaugă sare şi nici oţet, decît imediat înainte de servire, căci altfel se înmoaie.

Salata de vinete va fi mai albă şi mult mai gustoasă dacă vinetele se coc repede la flacără deschisă sau pe plită bine încinsă, după care se pun pe un fund de lemn puţin înclinat ca să se scurgă zeama amară din ele în timp ce se răcesc.

Ciupercile proaspete se curăţă numai în momentul pregătirii, sau după ce se curăţă se pun imediat în apă cu oţet sau cu puţină sare de lămîie, căci altfel se înnegresc.

Ciupercile uscate se spală în mai multe ape călduţe, după care se pun la înmuiat în apă caldă, în care se ţin pînă se umflă bine, apoi se pot folosi pentru preparare la fel ca cele proaspete. Zeama în care au stat ciupercile la înmuiat trebuie folosită la mîncarea respectivă sau pentru diluarea sosului.

Bamele se opăresc într-o soluţie de apă cu oţet sau cu borş, timp de 5 min, pentru înlăturarea substanţei mucilaginoase, după care se clătesc în apă rece.

Pentru îndepărtarea excesului de apă din unele legume (vinete, dovlecei etc.) care urmează să fie folosite la diverse preparate după o prealabilă prăjire, acestea se presară, tăiate fiind, cu sare, se lasă 10—15 min, după care se elimină lichidul lăsat de ele, prin scurgere şi printr-o uşoară presare şi tamponare cu un prosop uscat, curat.

Mîncărurile cu mult lichid (piftie, supă, ciorbă) în timpul fierberii nu se acoperă ermetic cu capac, ci se lasă vasul descoperit într-o parte, ca aburul să poată ieşi puţin.

Mîncarea gătită pe plită, ca să fie mai gustoasă sau mai scăzută, după ce este gata se mai introduce în cuptorul încins şi se ţine aproximativ 20—30 min, sau pînă scade şi se rumeneşte puţin deasupra.

Verdeţurile se taie mărunt cu un cuţit bine ascuţit şi se pun la mîncare ca să dea aromă de proaspăt sau se presară deasupra mîncării în momentul servirii, ca să dea acesteia un aspect plăcut.

La orice supă de legume sau de carne, pe lîngă produsele de bază, se mai poate pune la fiert o legătură (buchet) de zarzavat compusă din: crenguţe de pătrunjel verde, frunze de ţelină, de ceapă verde, cotor de varză şi chiar legume rădăcinoase tăiate în lungime, toate legate la un loc cu aţă albă şi puse la fiert aproape de sfîrşit. Înainte de a fi servită la masă sau înainte de a se drege supa, buchetul de zarzavat se scoate.

Supa, crema sau ciorba se dreg cu gălbenuş şi cu smîntînă numai

după ce vasul s-a luat de pe foc și a fost lăsat 10—15 min să se mai răcească puțin.

Pentru sosuri, în cazul în care se pregătesc cu făină, făina trebuie mai întîi călită (bine uscată) într-o tigaie cu fundul gros (ca să nu se ardă), fără nici un pic de grăsime, după care se dizolvă în puțină supă, lapte sau apă călduță și se toarnă în mîncare spre sfîrșit.

Albușurile de ouă se bat mai bine dacă sînt reci.

Frișca nu se spumează bine dacă nu a fost ținută 2—3 ore la gheață sau în frigider.

Preparatele din legume vor fi mai gustoase și mai sățioase dacă la urmă, cînd se servesc la masă, li se adaugă unt proaspăt, smîntînă, brînză rasă sau ouă.

Peștele ca să fie mai gustos și să nu se sfărîme la preparare se unge cu zeamă de lămîie sau cu puțină sare de lămîie dizolvată în apă, apoi se sărează și se lasă timp de 20—30 min, după care se prepară fiert, prăjit sau la grătar.

Salata, spanacul, pătrunjelul verde etc. pot fi împrospătate prin ținere, timp de 5—10 min, în apă rece sau sub jet de apă rece.

Legumele proaspete, în special cele verzi, ca să-și păstreze culoarea se pun la fiert la foc iute, în apă multă clocotită cu puțină sare, în vas descoperit.

Legumele uscate se pun la fiert în apă rece fără sare, aceasta adăugîndu-se la urmă, după gust; în timpul fierberii vasul trebuie să fie acoperit.

Fasolea uscată, chiar dacă a fost ținută în prealabil în apă la înmuiat, după ce a dat în primul clocot se scurge apa și se pune din nou la fiert cu apă caldă.

Fierberea înăbușită a legumelor crude sau a celor fierte parțial se face în sucul propriu lăsat de acestea cu adaos de grăsime, la foc mic sau în cuptorul reglat la minimum, timp de 10—45 min, sărarea făcîndu-se la început. Prin înăbușire se păstrează mai bine substanțele nutritive, în același timp mîncărurile devenind mai gustoase.

Sotarea (rumenirea ușoară a legumelor cu puțină grăsime) se aplică ciupercilor, dovleceilor, cartofilor, vinetelor etc. crude sau fierte și se face într-o cratiță din fontă sau într-o tigaie cu pereți înalți, în care se pune grăsime cît să acopere fundul vasului; se încălzește grăsimea, se adaugă legumele în strat cît mai subțire și se rumenesc pe ambele fețe. Legumele crude se pot sota în unt sau în ulei timp de 10—30 min, iar cele fierte se sotează în unt, timp de 5—10 min.

Prăjirea este o rumenire a legumelor într-un vas sau într-o tigaie în care grăsimea abundă. Durata prăjirii depinde de: felul legumelor, gradul lor de uscare, grosimea feliilor etc.

Fierberea cărnii depinde de felul în care dorim să o preparăm. Astfel, pentru obținerea unui rasol gustos, carnea se introduce în apă clocotită, în felul acesta se împiedică trecerea în apă a substanțelor solubile din carne, dar supa va fi mai puțin gustoasă.

Supa va fi de calitate bună și gustoasă, dacă se pune carnea la fiert o dată cu apa, favorizîndu-se astfel trecerea substanțelor solubile din carne în apă.

Pentru a obține în același timp și un rasol bun și o supă bună, se pun mai întîi la fiert oase cu măduvă, iar după ce acestea au fiert 1,5—2 ore se adaugă carnea și se continuă fierberea la foc potrivit pînă ce carnea este fiartă. Fierberea în suc propriu (înăbușit) a cărnii se face atunci cînd se prepară mîncăruri de carne cu sos sau mîncăruri de regim. Ca să

nu se ardă carnea, se adaugă puţină apă cu ulei, fierberea făcîndu-se la foc potrivit sau în cuptor.

Frigerea cărnii se poate face pe grătar, la frigare, la proţap. Pentru grătar, carnea se taie în felii de 1—3 cm grosime, se unge cu ulei şi se pune pe grătarul încins, timpul de frigere depinzînd de grosimea feliilor. Sărarea şi eventual piperarea se fac după gust, la urmă, cînd friptura (grătarul) este gata.

La proţap, carnea se rumeneşte treptat pe toate părţile, prin rotirea acestuia în dreptul sursei de căldură. Durata frigerii variază în funcţie de: mărimea bucăţilor de carne, felul cărnii, mărimea sursei de căldură, preferinţă etc.

Carnea de vacă poate fi consumată fie friptă potrivit, fie bine friptă, iar cea de viţel, porc, miel, trebuie în mod normal bine friptă.

Sotarea cărnii se face prin frigerea rapidă a acesteia în tigaie cu grăsime înfierbîntată, la foc tare, descoperită. Prăjindu-se circa 5 min pe fiecare parte, carnea trebuie să se rumenească fără să se întărească.

Prăjirea, spre deosebire de sotare, se face în grăsime abundentă, carnea introducîndu-se în tigaie numai cînd grăsimea este încinsă. Dacă grăsimea nu este încinsă, carnea se îmbibă cu ea fără să se prăjească.

Brezarea constă în sotarea cărnii urmată apoi de fierbere prelungită într-o cantitate redusă de lichid, în vas acoperit.

Pentru păstrare, carnea se împarte în bucăţi potrivite, pentru ca atunci cînd este nevoie pentru gătit să se scoată din frigider numai bucata sau bucăţile care se folosesc în ziua respectivă.

Carnea congelată se poate spăla în apă rece numai cînd este încă îngheţată. După decongelare carnea nu se mai spală, deoarece pierde din sărurile minerale şi rămîne fără nici un gust.

Decongelarea cărnii se face lent, cu cîteva ore înainte de pregătire. Pentru decongelare, carnea se ţine la o temperatură de 20—25° C; niciodată nu se ţine în apă caldă sau la o temperatură mai mare. Prin decongelare forţată carnea rămîne fără gust.

Carnea crudă, fiartă sau friptă, se taie de-a curmezişul fibrelor. În felul acesta din carne nu se scurg sucurile, iar cînd se consumă se mestecă şi se digeră mai uşor.

Pieliţele şi venele de pe carne se scot, căci altfel în timpul fierberii sau al frigerii acestea s-ar strînge, iar carnea şi-ar pierde aspectul plăcut.

Sărarea cărnii se face numai în momentul în care se prepară, deoarece sarea extrage sucurile din ea. Carnea tocată, la care s-a adăugat sare şi se ţine cîteva ore în stare crudă, se înroşeşte şi pierde din gust.

Carnea se frige în grăsime încinsă, sau pe grătar încins. După ce s-a rumenit pe o parte, se întoarce pe partea cealaltă şi la urmă, cînd este gata, se sărează.

Cuptorul pentru friptură trebuie să fie bine încins ca să se rumenească carnea repede şi să se strîngă porii, altfel se scurge sucul din carne şi friptura devine tare şi fadă.

Pentru ca friptura să aibă gust şi aromă plăcută, în timpul frigerii se adaugă legume tăiate în felii şi mirodenii.

În timpul frigerii, carnea se unge din cînd în cînd cu sucul format în tavă şi se întoarce fără să fie înţepată, ca să nu se scurgă sucul din friptură.

Friptura sau orice fel de carne devine mai fragedă dacă se înăbuşă într-un vas cu capac închis ermetic.

Garniturile se situează pe locul doi după carne; cu ajutorul lor şi al sosurilor se pot schimba atît felul de mîncare cît şi proprietăţile gustative,

ceea ce ne ferește de monotonia aceluiași fel de mîncare.

Împănarea cărnii de animale domestice ca și de vînat se face cu șuvițe de slănină și cu usturoi și are drept scop ca friptura să iasă fragedă, aromată și gustoasă.

În loc de împănare, ca să nu se scurgă sucul din carne în timpul frigerii, carnea se presară cu usturoi tocat și apoi se învelește cu felii de slănină, tăiate cît mai subțire, după care se leagă cu ață.

Carnea care a fost ținută în saramură (baiț) nu se mai sărează în timpul preparării, adăugîndu-se numai la urmă sare după gust.

Antricotul de vacă sau vrăbioara trebuie să fie fripte repede, pe foc iute. Cînd friptura este gata trebuie să fie roză în interior și incomplet pătrunsă. Se servește imediat, altfel pierde din savoare. (Poate să rămînă puțin în sînge la mijloc).

Mușchiul de vacă fript la grătar, bine încins, se frige 8—12 min și trebuie să rămînă la mijloc în sînge.

Mîncarea rămasă se păstrează bine, dacă se răcește și apoi se scoate din vasul în care s-a fiert, se pune într-un alt vas mai mic, se acoperă și se ține în frigider sau într-un loc răcoros.

1. *APERITIVE (GUSTĂRI)*

La pregătirea aperitivelor trebuie să se țină seama ca acestea să nu conțină aceleași componente folosite la prepararea meniurilor ce se servesc ulterior.

Aperitivele se servesc reci sau calde, la începutul meselor. Ele se prepară ceva mai picante la gust, cu scopul de a stimula pofta de mîncare.

La unele mese se obișnuiește să se servească aperitive în loc de supe sau de borșuri. Și în acest caz trebuie să se prepare cîteva feluri de aperitive, mai puține cantitativ, gustoase și frumos ornate.

Pentru gospodine, aperitivele reci sînt mai avantajoase fiindcă se pot prepara ușor și din timp.

Aperitivele sînt de două feluri: unele preparate *cu sos*, iar altele *fără sos*, de formă mai mică, care se pot consuma dintr-o singură îmbucătură. Dintre aperitive, cele mai obișnuite și mai ușor de preparat sînt *tartinele* și *gustările la scobitoare*. Se mai pot prepara și *aperitive combinate*, compuse din mai multe feluri tăiate în bucăți sau în felioare mici și aranjate pe farfurioare sau pe platouri.

1.1. SANDVIȘURI

Sandvișurile se pregătesc ca o gustare sau ca o hrană ce se ia în pachet la serviciu, la școală sau pentru drum în excursii (voiaj).

Sandvișurile se compun din două felii de pîine (franzelă) sau din chifle tăiate în două, care se ung cu unt atunci cînd între ele se pun alimente uscate ca: brînză telemea sau cașcaval, mezeluri etc. În cazul în care sandvișurile se ung cu vreo pastă, ele nu se mai ung cu unt.

1. **Sandvișuri cu brînză telemea sau cașcaval**

Pentru 6 sandvișuri: *12 felii de franzelă, 100 g unt, 300 g brînză sau cașcaval.*

Untul cu care se ung feliile de franzelă se freacă ca să fie spumos (moale) și se poate condimenta (v. rețeta 83.). După ungerea feliilor de franzelă cu unt, pe 6 din ele se așază brînză telemea sau cașcaval tăiat în felioare. Se acoperă apoi cu cealaltă felie de franzelă și se strînge ușor. Sandvișurile pentru drum se ambalează în celofan sau pergament.

2. **Sandvișuri cu pastă de brînză**

Pentru 6 sandvișuri: *12 felii de franzelă, 100 g unt, 300 g brînză sau brînză de vaci.*

Dacă brînza telemea este prea sărată se poate desăra ținîndu-se o oră în lapte dulce, apoi se scurge și se trece prin sită sau se sfărîmă cu furculița. Separat, într-un castron, se freacă untul pînă ce devine spumos, apoi se adaugă treptat brînza. Dacă pasta este prea groasă, se pot adăuga 1—2 linguri de smîntînă.

Pe fiecare felie de pîine se întinde un strat de pastă, după care se pun două cîte două cu părțile unse spre interior și se strîng ușor.

3. **Sandvișuri cu componente asortate**

Pentru 6 sandvișuri: *12 felii de franzelă, 100 g unt, 2 ouă, 50 g măsline, 200 g brînză telemea, 100 g roșii sau ridichi, ardei gras și ceapă verde.*

Se ung feliile de franzelă cu unt, iar pe 6 din ele se așază: ouăle fierte tăiate în felioare, măslinele cu sîmburii scoși tăiate în două, precum și celelalte componente tăiate în felioare, apoi feliile respective se acoperă cu feliile de franzelă unse numai cu unt și se strîng ușor. Pentru drum, sandvișurile se ambalează în celofan sau pergament.

4. **Sandvișuri cu pește**

Se prepară la fel cum s-a indicat în rețeta anterioară. Deosebirea constă în aceea că se folosesc componente preparate din pește ca: anșoa, pastă de pește, icre preparate, file de heringi, macrouri, file de morun sau nisetru (batog), file de pește prăjit.

5. **Sandvișuri cu mezeluri sau cu carne**

Se prepară la fel ca în rețeta anterioară, cu deosebirea că în loc de componente de pește se folosesc componente preparate din carne: mezeluri, carne friptă tăiată în felii care să nu depășească marginile feliilor de franzelă. Între felii se mai pot pune rondele (felii rotunde) de castraveciori acri (murați) sau proaspeți, felii de roșii sau gogoșari. Felia de franzelă se poate unge, în loc de unt, cu muștar.

Spre deosebire de sandviș, *tartina* este formată dintr-o singură felie de pîine sau o jumătate de chiflă. Tartinele pot fi foarte variate, frumos decorate și bine asortate. Ele pot înlocui cu succes multe feluri de aperitive mai greu de preparat și au marele avantaj că se pregătesc și se servesc ușor și prezintă un aspect frumos, satisfăcînd prin varietatea lor multe gusturi. Tartinele pot fi reci sau calde.

Pîinea sau franzela pentru tartine se taie în felii subțiri și mici, ca pentru două îmbucături, în forme diferite, astfel încît să poată fi servite cu mîna. Pîinea sau franzela, după ce s-a tăiat în formele dorite, se unge cu un strat subțire de unt, peste care se așază apoi alimentul dorit constînd din brînzeturi, paste, mezeluri etc., iar deasupra se ornează cu feliuțe sau cerculețe tăiate din: roșii sau gogoșari roșii, ouă fierte, ridichi de lună,

castraveciori, măsline (fără sîmburi), adăugîndu-se și cîte o frunzuliță de pătrunjel verde.

Pentru aspect cît mai decorativ, pe marginea fiecărei tartine se face o dantelă — filigrană — cu unt spriţuit foarte subţire, cu ajutorul unui cornet confecţionat din celofan sau pergament.

6. **Tartine cu brînză telemea**

12 felii de franzelă, 60 g unt, 200 g brînză telemea.

Pentru decor: *cîteva frunze de salată verde (pe care se pun tartinele), 1 ou fiert, 2 roșii mici, ardei gras sau gogoșari, cîteva măsline și cîteva fire de pătrunjel verde.*

Pe feliile de franzelă unse cu unt se așază felii de brînză de mărime adaptată formei feliilor de franzelă. Se garnisește tartina, după gust, cu felioare de: ouă fierte, roșii sau gogoșari roșii, ridiche, măsline și cu frunză verde de pătrunjel.

7. **Tartine cu caşcaval**

12 felii de franzelă, 60 g unt, 200 g caşcaval sau alt sortiment de brînzeturi.

Pentru decor: *ouă, roșii sau ardei gras roșu etc.*

Atît feliile de franzelă cît și feliile de caşcaval se taie de aceeași formă și mărime. Feliile de caşcaval se așază peste feliile de franzelă unse cu unt și apoi se ornează după plac.

8. **Tartine cu caşcaval ras**

Feliile de franzelă se ung cu unt, peste care se pune caşcaval ras, iar deasupra, în mijloc, se așază o feliuță de roșie, feliuţe de măslină sau de gogoșar, după care se spriţuiește cu unt, cu ajutorul unui cornet de celofan.

La chifle se taie puţin coaja de deasupra și de dedesubt (dacă este necesar), astfel ca, atunci cînd acestea se taie în două, să se așeze asemănător feliilor de pîine.

9. **Tartine cu brînză de vaci**

12 felii de franzelă, 250 g brînză de vaci, 1-2 linguri de smîntînă, 100 g unt, 1 ceapă mică, 1 lingură de mărar sau pătrunjel verde tocate mărunt, sare, chimen pisat, boia.

Untul se freacă spumă, se adaugă brînza trecută prin sită, ceapa tocată mărunt, mărarul tocat sau pătrunjelul, chimen pisat, boia, sare după gust și smîntîna.

Totul se amestecă bine pînă se obţine o pastă cu care se ung apoi feliile de franzelă curăţate de coajă și tăiate în forma dorită.

10. **Tartine cu pastă de caşcaval sau telemea**

Felii de franzelă, 200 g caşcaval sau brînză temelea, 100 g unt, chimen și boia.

Brînza sau caşcavalul se amestecă cu unt frecat spumă, după care se adaugă boia și chimen după gust și se freacă pînă ce se obţine o pastă

omogenă. Cu aceasta pasta se ung feliile de franzelă și apoi se șprițuiesc pe deasupra cu unt.

11. **Tartine cu ouă și roșii**

Feliile de roșii se taie de aceeași mărime cu feliile de franzelă sau de chifle destinate pentru tartine. Feliile de franzelă sau jumătățile de chiflă se ung cu unt, deasupra se așază cîte o felie rotundă de roșie, iar peste roșie se pun felii de ouă fierte tari. Pentru obținerea unui aspect mai decorativ, felia de ou se taie în două și se așază cu albușul spre interior și cu gălbenușul spre exterior (margine), între ele punîndu-se cîte o steluță tăiată din gogoșar roșu sau un cerculeț de măslină.

Tartinele se așază pe un platou rotund pe care se pun cîteva foi de salată verde.

12. **Tartine în culori**

Franzelă sau chifle, 2 ouă fierte, 10 măsline, 1 gogoșar roșu sau ardei gras roșu, 60 g unt sau maioneză.

Franzela se taie în felii de formă rotundă iar chiflele se taie în două și se ung cu unt sau cu maioneză. Se toacă mărunt fiecare component în parte: albușul de ou, gălbenușul de ou, gogoșarul și măslinele. Se împarte suprafața tartinei în patru părți și pe fiecare dintre acestea se pun cîte unul din componentele tocate mărunt. În acest fel, tartinele vor avea patru culori: alb, galben, roșu și negru.

13. **Tartine cu pastă de ouă**

Franzelă, 3–4 ouă fierte tari, 100 g unt, 2 linguriţe muștar, piper pisat și sare.

Gălbenușurile fierte se dau prin sită și se freacă cu untul spumos, adăugîndu-se muștar, piper pisat și sare, după gust. Cu pasta obținută se ung felii de franzelă, iar din albușurile fierte rămase se taie bucăți în formă de semilună cu care se decorează tartinele.

14. **Tartine cu salată de vinete**

Se prepară salata de vinete, ca în rețeta 139, cu care se ung feliile de pîine sau chifle tăiate în două, se netezesc și apoi se garnisesc cu felioare de roșii. La mijlocul tartinelor astfel pregătite se pune ceapa tocată mărunt, în cazul în care nu s-a pus ceapă în salata de vinete. Tartinele astfel pregătite se servesc imediat.

15. **Tartine practice cu diferite paste**

Aceste tartine se prepară din felii de pîine tăiate cît mai lungi (30—35 cm). Se ung feliile cu unt, iar deasupra, cu ajutorul unui cornet cu șpriț, se pun pastele preparate în 3 culori. Două culori de pastă se prepară din brînză telemea, astfel: jumătate din pasta de brînză rămîne albă, iar în cealaltă jumătate se adaugă boia roșie și o linguriță de bulion de roșii sau cîteva picături de zeamă stoarsă din sfeclă roșie crudă dată prin răzătoare. Cea de a treia culoare poate fi dată de o pastă de măsline (v. rețeta 73).

Pastele se pun pe pîine intercalate între ele, apoi feliile de pîine se taie pe diagonală în romburi, după care fiecare romb se decorează.

16. **Tartine cu pastă de fasole**

Se pun la fiert 150 g fasole albă și după ce a dat în clocot se schimbă apa și se lasă să fiarbă încet pînă ce bobul devine moale. Se adaugă o ceapă, o rădăcină de pătrunjel și 1/2 foaie de dafin și se lasă să mai fiarbă pînă ce și legumele adăugate sînt gata. Fasolea fiartă, chiar fierbinte, se trece prin sită, apoi se bate bine, adăugîndu-se ulei, usturoi pisat și sare după gust. Cu această pastă se încarcă feliile de pîine și se netezesc, iar de jur-împrejur se garnisesc cu felioare foarte mici și subțiri de castraveciori. La mijloc se presară ceapă călită în ulei.

Aceste tartine trebuie servite imediat sau la 1—2 ore de la preparare.

17. **Tartine cu rondele de pastă**

Se prepară o pastă din brînză telemea sau din brînză de Dorna, astfel: se trec prin sită 200 g brînză și separat se freacă spumă 100 g unt. Se amestecă brînza cu untul, apoi se adaugă o lingură de ceapă tăiată foarte mărunt, sau cîteva ridichi de lună tăiate de asemenea mărunt. Se aleg ardei grași rotunzi și cît mai lungi, se spală, se curăță de semințe, apoi se umplu cu pastă de brînză și se introduc în frigider ca să se întărească pasta. După ce pasta s-a întărit, se taie ardeii în rondele și se așază pe felii de franzelă tăiate în forme rotunde și unse cu unt.

Peste pastă se pune o rondea de ridiche de lună sau de ou fiert. Tartinele astfel preparate se servesc așezate pe platou pe frunze de salată verde.

18. **Tartine cu pește**

Se pregătsc după indicațiile date la rețelele anterioare. Deosebirea constă în faptul că se prepară cu componente din pește și anume: felii de macrou, batog, pește afumat, marinat sau felii de pește prăjit (fără oase), pastă de anșoa, sardele sau icre preparate (de crap, tarama, știucă sau de Manciuria).

19. **Tartine cu preparate din carne**

Se prepară după indicațiile date la rețetele anterioare. Deosebirea constă în faptul că se pregătesc cu preparate de carne: diferite mezeluri (salam, șuncă, parizer), păstă de ficat, friptură. Toate se taie în așa fel încît feliile de preparate din carne (mezeluri) să nu depășească marginile feliilor de franzelă, procedîndu-se în continuare la fel ca în rețetele de la începutul acestui capitol.

1.2.2. TARTINE CALDE

Tartinele calde se prepară din chifle, cărora li se taie puțin coaja din partea de jos, dacă aceasta este prea tare, iar coaja de deasupra se taie în așa fel încît jumătatea respectivă să aibă stabilitate.

Chiflele pentru tartine calde se prăjesc în unt sau în ulei și se păstrează în așa fel încît atunci cînd sînt servite să fie calde.

20. **Tartine gratinate cu caşcaval**

6 chifle, 60 g unt, 160 g caşcaval ras pe răzătoarea mică.

Se taie chiflele în două, se ung cu unt, iar deasupra se încarcă cu caşcaval ras, cît mai cu vîrf. Se introduc apoi la cuptor (care trebuie să fie bine încins din timp), unde se lasă 4—5 min, pînă începe să se topească puţin caşcavalul.

Se servesc imediat.

21. **Tartine cu ochiuri**

3 chifle, 6 ouă, unt sau ulei pentru prăjit chifle.

Chiflele se taie în două, se prăjesc puţin şi se ţin la cald pînă se prăjesc şi ochiurile. Se aşază ochiurile pe jumătăţile de chiflă prăjite şi se servesc calde.

22. **Tartine cu jumări de ouă**

3 chifle, 6 ouă, 50 g unt, 1 legătură de pătrunjel verde, piper pisat, sare, lapte.

Chiflele se taie în două şi se prăjesc puţin. Între timp se pune pe plită o tigaie cu unt. Cînd s-a înfierbîntat untul, se răstoarnă ouăle bătute puţin cu 1—2 linguri de lapte, piper pisat, sare după gust şi pătrunjel verde tocat mărunt. Se amestecă 2—3 min, fără ca ouăle să se întărească (se lasă moi). Se încarcă chiflele cu jumările de ouă şi se servesc calde.

23. **Tartine cu sote de ciuperci**

3 chifle, 150 g ciuperci proaspete, 1 ceapă, 50 ml ulei, 2-3 linguri de vin, 1 legătură de verdeaţă, piper, sare.

După ce s-au curăţat şi spălat, ciupercile se taie mărunt, la fel şi ceapa care se pune la călit în ulei. Cînd ceapa s-a înmuiat puţin, se adaugă ciupercile şi împreună se înăbuşă 10—12 min, apoi se sting cu vin şi se potrivesc de sare şi de piper, adăugîndu-se şi pătrunjel tăiat mărunt. Compoziţia se mai călеşte pînă scade apa pe care o lasă ciupercile şi apoi se împarte pe jumătăţile de chiflă, care au fost prăjite în prealabil. Se servesc calde.

24. **Tartine cu varză sotată (călită)**

6 chifle, 100 ml ulei, 100 g ceapă, 1 kg varză dulce sau 800 g varză murată, 1 roşie, piper, sare.

Varza dulce se pune la fiert cu puţină sare şi se fierbe pînă se înmoaie; dacă varza este acră se fierbe fără sare, mai mult timp, pînă va fi bine fiartă. După ce a fiert, varza se taie cît mai mărunt.

Între timp se taie ceapa mărunt şi după ce s-a călit puţin în ulei, se adaugă varza şi se sotează împreună 10—15 min. Cînd este gata se potriveşte de sare şi piper şi se împarte pe jumătăţile de chifle prăjite în prealabil. Se servesc calde.

25. **Canapele sufleu**

120 g caşcaval, 3-4 ouă, 6 chifle, 50 g unt, 100-150 ml lapte, puţină sare şi piper pisat.

Din unt, făină şi lapte se prepară un sos alb (v. reţeta 174). Caşcavalul se rade, o parte se introduce în sosul alb şi cu această compoziţie se încarcă chiflele, iar deasupra se presară restul de caşcaval. Chiflele astfel pregătite se aşază pe o tavă tapetată cu o hîrtie unsă pe ambele părţi şi se introduc în cuptorul bine încins; ele sînt gata cînd preparatul s-a rumenit puţin pe deasupra.

Se servesc calde.

26. **Crutoane cu caşcaval**

12 feli de franzelă, 50 g unt, 12 felii de caşcaval.

Feliile de franzelă se ung cu un strat subţire de unt şi deasupra se aşază felii de caşcaval tăiate ceva mai mici şi mai subţiri decît feliile de franzelă. Se introduc în cuptorul încins şi se ţin pînă ce caşcavalul se înmoaie. Se servesc calde.

27. **Cornuri umplute cu brînză**

6 cornuri, 50 g unt, 300 g pastă de brînză (v. reţeta pastă de brînză), lapte.

Cornurile se taie în două şi se scobeşte o parte din miez. Miezul scos se stropeşte cu puţin lapte şi se amestecă cu pasta de brînză. Se umplu jumătăţile de cornuri şi se introduc în cuptorul încins. Cînd cornurile s-au rumenit puţin sînt gata. Se servesc calde.

28. **Cubuleţe de caşcaval pane**

Caşcavalul se curăţă de coajă şi se taie în bucăţele de mărimea celor de zahăr cubic. Apoi bucăţelele de caşcaval se dau prin făină, ou bătut, pesmet şi se prăjesc în ulei bine înfierbîntat. Se servesc calde.

29. **Chifle umplute cu ciuperci**

Se socotesc cam 2 chifle de persoană. Se aleg de preferinţă chiflele numite „Garofiţa" care se taie puţin la vîrf, se scobesc de miez şi se umplu cu ciuperci pregătite ca în reţeta 30. Se bate un ou cu puţin lapte şi cu această compoziţie se umezesc chiflele umplute. Se presară deasupra cu caşcaval ras, se aşază într-o tavă unsă şi se coc în cuptor pînă se gratinează. Se servesc calde.

30. **Tarte umplute cu ciuperci**

Aluat pentru tarte: *250 g făină, 100 g unt, 1 ou, 50 g smîntînă, sare.*

Coca pentru tarte se prepară în felul următor: se cerne făina pe o planşetă şi se adaugă untul, oul, smîntîna şi puţină sare. Se amestecă totul repede şi la rece. Cînd coca s-a format, se ţine la rece 1—3 ore, după

care se întinde o foaie de circa 5 mm grosime din care se decupează discuri cu care se tapetează formele de tarte. În fiecare formă se pune cîte o punguliță cu boabe de porumb sau cu fasole uscată, pentru ca fundul tartelor să nu se ridice la copt. Tartele astfel pregătite se coc la cuptor pînă ce se întăresc, fără însă să se rumenească.

Umplutura de ciuperci: *500 g ciuperci, 2 ouă, sare, 100 g unt, 50 g făină, 150 ml lapte, 30 g caşcaval, piper.*

Ciupercile curățate se taie foarte mărunt și se călesc în jumătate din unt. Cînd ciupercile nu mai au zeamă, se adaugă un sos gros preparat din restul de unt și făină și se sting cu 150 g de lapte. Se lasă apoi să mai dea într-un clocot, după care se pune la o parte și se adaugă ouăle, sare și piper după gust. Cu această compoziție de umplu tartele.

După umplerea tartelor cu compoziția de ciuperci, acestea se presară cu caşcaval ras, se introduc din nou în cuptor și se țin pînă se gratinează deasupra, după care se scot din forme. Tartele sînt și mai gustoase dacă se prepară din aluatul de foitaj.

31. **Volovane cu ciuperci**

Aluat: *250 g unt sau margarină, 300 g făină, 1 ou, 1 linguriță de oțet, sare, apă.*

Umplutura de ciuperci: *400 g ciuperci, 2 ouă, 100 g unt, 50 g făină, 150 ml lapte, sare, piper* (v. rețeta 30 sau rețeta 47).

Pentru prepararea aluatului vezi rețeta 54. Din aluatul preparat se întinde o foaie de 2 cm grosime din care se decupează cu ajutorul unei forme de tablă rondele de circa 8 cm diametru, care se crestează ușor cu o formă mai mică încinsă în ulei fierbinte. (Rondelele mici — căpăcelele — se vor decupa după coacere).Se ung rondelele cu gălbenuș de ou și se introduc în cuptorul bine încins. După 10—12 min, cînd coca s-a ridicat, se slăbește focul și se lasă să se rumenească volovanele (rondelele). După ce s-au scos din cuptor și s-au răcit, se decupează căpăcelele, se mai scoate, scobind, și din mijloc puțin miez, ca să aibă loc umplutura.

Se umplu volovanele cu umplutura fierbinte de ciuperci și deasupra se pun căpăcelele.

Se servesc calde.

32. **Volovane cu legume și cu sos de smîntînă**

Pentru umplutură: *200 g morcovi, 100 g albitură, 200 g mazăre, 1 conopidă mică.*

Pentru sos: *60 g unt, 50 g făină, 200 g lapte, 200 g smîntînă, piper, sare.*

Volovanele se prepară ca în rețeta anterioară, iar umplutura se prepară în felul următor: în timp ce legumele fierb, se prepară sosul; se încălzește untul, se adaugă făina și se călește ușor amestecînd mereu pînă ce făina se îngălbenește puțin. Se stinge făina cu lapte călduț, care se toarnă cîte puțin și se amestecă repede cu telul ca să nu se facă cocoloașe (evitînd astfel strecurarea sosului). La urmă se adaugă: smîntînă, legumele fierte și tăiate în cubulețe mici, se potrivește la gust de sare și piper după care se mai pune la fiert ca să mai dea într-un singur clocot. Volovanele se umplu cu umplutura fierbinte în momentul servirii.

1.4. APERITIVE DIVERSE SERVITE RECI

33. **Ridichi de lună umplute cu brînză**

Se aleg ridichi roşii de lună de aceeaşi mărime, se spală, se curăţă de frunze, lăsîndu-se numai 2—3 frunze la mijloc, iar rădăcina se taie. Apoi cu un cuţit se crestează fiecare ridiche în cîteva locuri, în aşa fel încît să se poată umple fiecare crestătură cu puţină pastă de brînză.

34. **Măsline marinate**

500 g măsline, 1 frunză de dafin, cîteva felii de lămîie, cîteva boabe de piper, oţet, ulei.

Măslinele se spală în apă caldă, se răcesc şi se pun într-un borcan. Se adaugă frunza de dafin, piperul, feliile de lămîie. Se umple borcanul cu o soluţie de oţet îndoit cu apă şi deasupra se toarnă o lingură de ulei. Se leagă borcanul cu celofan şi se păstrează la rece pînă la întrebuinţare.

35. **Măsline umplute**

Se aleg măsline mari şi se fierb în apă 2—3 min. Se taie pe lungime, se scot sîmburii şi se umplu cu pastă de ou sau de brînză, după care se împreunează jumătăţile. Se servesc ca aperitiv, aşezate pe frunze de salată verde. Pentru un aspect mai frumos, se şpriţuiesc deasupra cu şuviţe foarte subţiri de unt.

36. **Roşii umplute cu salată de vinete**

6-12 roşii de aceeaşi mărime, salată de vinete.

Se aleg roşii potrivit de mari, se spală, se şterg, se taie la fiecare capăt cîte un căpăcel, şi se scobeşte o parte din miez, nu prea aproape de pieliţă. Se presară fiecare roşie cu puţină sare şi se lasă cu gura în jos să se scurgă. După aceea se umplu cu salată de vinete (v. reţeta 139) şi se aşază fiecare roşie pe cîte o frunză de salată verde.

37. **Roşii umplute cu pastă de brînză sau urdă**

Roşiile se pregătesc la fel ca în reţeta precedentă şi se umplu cu pasta de brînză sau de urdă, care se prepară ca în reţeta 67 sau 71.

38. **Roşii umplute cu ciuperci şi maioneză**

6-12 roşii, 100-150 g ciuperci, 1-2 ouă, 12o ml ulei, o lingură de zeamă de lămîie, pătrunjel verde sau mărar verde tocat, sare şi piper după gust.

Roşiile spălate se scobesc de miez nu prea aproape de pieliţă, se presară cu puţină sare şi se lasă cu gura în jos ca să se scurgă sucul. Între timp, se fierb ciupercile, iar din gălbenuşurile de ou şi ulei se prepară o maioneză. Se amestecă ciupercile răcite şi tăiate mărunt cu maioneză, se adaugă pătrunjel sau mărar tocat mărunt apoi sare şi piper după gust. Cu această compoziţie se umplu roşiile, apoi se şterg pe deasupra şi se aşază fiecare roşie pe cîte o frunză de salată verde.

39. **Roşii umplute cu conopidă şi maioneză**

6–12 roşii, 500 g conopidă, 2 ouă, 100 ml ulei, 1 linguriţă de muştar, 1 lingură zeamă de lămîie, piper şi sare după gust.

Roşiile şi maioneza se prepară ca în reţeta precedentă. Conopida se pune la fiert într-o oală cu apă fierbinte şi cu puţină sare. Cînd conopida este fiartă se pune la răcit în apă rece cu puţină sare, apoi se desface în bucheţele, se amestecă cu maioneza şi, cu această compoziţie, se umplu roşiile, după care se şterg şi se aşază pe foi de salată verde.

40. **Ciuperci à la grec**

800 g ciuperci, 300 g ceapă, 3 legături de mărar, 100 ml ulei, 100 ml vin, 2 g sare de lămîie, sare, piper pisat, lămîie.

Se aleg ciupercile cele mai mici, tari şi albe, apoi se curăţă şi se spală în mai multe ape, iar dacă sînt prea mari, se taie în jumătăţi sau în sferturi.

Ceapa tocată foarte mărunt se călеşte în ulei încins pînă se înmoaie, după care se adaugă ciupercile, lăsîndu-le să fiarbă înăbuşit, pînă scade zeama. După aceea se adaugă: piper, sare, sare de lămîie, vin, mărar sau pătrunjel verde tăiat mărunt şi se potriveşte cu puţină apă caldă, apoi se lasă să mai fiarbă 2—3 min.

Se servesc reci cu felii de lămîie.

41. **Ciuperci la cuptor**

800 g ciuperci, sare, piper, pătrunjel verde, ulei.

Se aleg ciuperci mari şi cărnoase, li se taie codiţele şi se spală. Codiţele se taie foarte mărunt după care peste ele se adaugă sare, piper pisat şi pătrunjelul tocat, se amestecă şi se umplu pălărioarele ciupercilor cu compoziţia respectivă. Ciupercile umplute se aşază într-o tavă unsă cu ulei, se stropesc cu ulei deasupra, apoi se introduc în cuptorul încins, unde se ţin 20—25 min.

Se servesc reci sau calde.

42. **Ciuperci umplute**

800 g ciuperci, 200 g ceapă, 50 g caşcaval, 150 ml ulei, 100 ml vin, 2 g piper pisat, 20 g pesmet, mărar şi pătrunjel, sare.

Se aleg ciupercile mari şi întregi (nesfărîmate), se rup cozile, se curăţă, se spală, în mai multe ape şi se toacă mărunt numai cozile. Apoi se toacă ceapa mărunt, se călеşte în ulei, se adaugă cozile tocate şi se prăjesc împreună pînă scade zeama lăsată de ciuperci. La urmă se adaugă verdeaţă tocată mărunt, pesmet, piper şi sare după gust. După ce compoziţia s-a răcit, se umplu cu ea pălărioarele ciupercilor.

Ciupercile astfel umplute se aşază într-o tavă unsă, se presară cu caşcaval ras şi se introduc în cuptorul bine încins, pînă se rumeneşte caşcavalul. În cazul în care ciupercile s-au rumenit înainte de a fi gata, se scoate tava din cuptor şi se lasă pe maşina de gătit, pînă scade zeama lăsată de ciuperci. Cînd sînt gata, se scot pe platou, iar sosul rămas în tavă se stinge cu vin şi cu cîteva linguri de apă caldă, după care se lasă să dea în fiert şi să scadă, cît este nevoie. Sosul se strecoară într-o sosieră şi se serveşte o dată cu ciupercile umplute care se servesc reci sau calde.

1.5. UMPLUTURI PENTRU APERITIVE

43. Umplutură de brînză de vaci pentru pateuri şi alte aperitive

300 g brînză, 1-2 linguri de făină sau de griş, 2 gălbenuşuri de ou, sare.

Brînza de vaci proaspătă bine scursă de zer se frămîntă sau se trece prin sită. Se adaugă făina, ouăle întregi sau numai gălbenuşurile, sare după gust şi se amestecă totul bine.

44. Umplutură de brînză de oaie

300 g brînză, 100 g griş fiert, 1-2 linguri de făină, 2-3 ouă, 1-2 linguri de zahăr.

Brînza se frămîntă sau se trece prin sită. Se adaugă grişul fiert şi răcit, făina, ouăle, zahărul şi se amestecă totul bine. Dacă brînza de oi este prea sărată, se poate amesteca cu brînză de vaci.

45. Umplutură de ciuperci pentru pateuri şi alte preparate

400 g ciuperci, 100 g ceapă, 60 ml ulei, 1 ou, piper, sare, pătrunjel verde.

Se călește în ulei ceapa tocată mărunt şi se adaugă ciupercile tăiate, de asemenea, foarte mărunt. Se călesc împreună pînă scade apa lăsată de ciuperci. Se adaugă mărar şi pătrunjel tăiate foarte mărunt, piper şi sare după gust. Se ia compoziţia de pe foc, se mai adaugă un ou şi se amestecă bine.

1.6. PATEURI, SALEURI ŞI SĂRĂŢELE

46. Pateuri cu brînză

Aluatul pentru pateuri se prepară ca în reţeta 54, iar umplutura de brînză ca în reţetele 43 sau 44.

Se întinde aluatul în foaie de 0,5—1 cm grosime şi se taie cu gura unui pahar sau cu o formă specială de tablă cu diametrul de 5 cm. Se pot tăia, de asemenea, cu un cuţit înfierbîntat bucăţi lungi de 12 cm şi late de 6 cm. Pe jumătate din fiecare bucată se pune umplutura de brînză, iar marginile se ung cu ou. Se îndoaie cealaltă jumătate peste umplutură, se ung bucăţile cu ou deasupra şi se aşază pe o tavă stropită cu apă. Se introduc în cuptorul bine încins; după 10 min se micşorează focul şi cînd s-au rumenit sînt gata.

47. Pateuri cu ciuperci

Se prepară aluatul de foitaj ca în reţeta 54, iar umplutura de ciuperci ca în reţeta 45.

Se întinde aluatul într-o foaie groasă de 0,5 cm, apoi se taie rondele cu gura unui pahar sau cu o formă de tablă. Pe jumătate din numărul rondelelor, la mijloc, se pune umplutură de ciuperci, iar marginile se ung cu ou. Apoi se acoperă cu rondelele rămase şi se ung deasupra cu ou.

Se coc pe tavă neunsă, stropită doar cu puţină apă rece. Se ţin la

cuptor pînă se rumenesc. Se servesc calde şi trebuie consumate neapărat în ziua în care au fost preparate.

48. **Saleuri I**

150 g unt sau margarină, 200 g făină, 60 g caşcaval sau parmezan, 1 ou, 1 linguriţă oţet, sare, apă.

Se prepară un aluat din 150 g făină, sare şi apă cît primeşte aluatul. Se frămîntă bine, i se dă forma unei mingi, se crestează deasupra, se învelește într-un şervet umed bine stors şi se lasă la rece 1 oră. Cu cîteva minute înainte de a întinde aluatul, se ia untul de la rece şi se frămîntă cu restul de făină pînă ce untul capătă elasticitatea aluatului. Această operaţie trebuie să se facă repede, cu mîna răcită în apă rece, ca untul să nu se înmoaie prea tare.

Se întinde o foaie de 1 cm grosime şi de formă dreptunghiulară, se pune untul în aceeaşi formă deasupra foii, în dreptunghi ceva mai mic, pentru ca, atunci cînd se întinde cu sucitorul, să nu iasă untul. Se împachetează totul în formă de plic strîns, se întinde cu sucitorul în lung apoi se împătureşte coca în trei şi se ţine la rece timp de 15—20 min.

Această operaţie se repetă de 3—4 ori. La urmă se întinde o foaie de 0,5 cm grosime, se unge cu ou bătut şi se presară cu parmezan sau cu caşcaval ras, apoi se taie cu un cuţit încălzit în bucăţi lungi de 8 cm şi late de 2 cm. Se aşază fîşiile pe o tavă rece şi umezită cu apă, distanţate între ele, ca atunci cînd cresc să nu se lipească una de alta.

Se coc în cuptor bine încins, pînă cresc şi se rumenesc. Se servesc la vin sau la ceai.

49. **Saleuri II (pai parmezan)**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, însă cu altă compoziţie, şi formă şi cu mai mult caşcaval sau cu parmezan (100 g). Se întinde aluatul cu sucitorul, ca şi în reţeta precedentă, cu deosebirea că se presară cu puţin parmezan ras, se strînge împăturindu-se şi se lasă la rece. Operaţia se repetă de patru ori. De fiecare dată se presară planşeta cu puţină făină. La urmă se întinde o foaie de 0,5 cm grosime, se unge cu ou bătut, se presară cu parmezan şi se taie fîşii lungi de 12 cm şi late de 2 cm care se răsucesc puţin, apoi se presează capetele fîşiilor ca să capete forma de spirală. Se aşază în tavă distanţate între ele ca să nu se lipească una de alta. Se coc în cuptor, la foc potrivit.

Se servesc ca aperitive la gustări compuse, sau ca atare.

50. **Saleuri cu brînză de vaci**

200 g unt sau 150 g margarină, 200 g brînză de vaci, 200 g făină, 1 ou, 50 g caşcaval, sare.

Brînza de vaci proaspătă şi bine scursă de zer se trece prin sită, apoi se amestecă cu untul frecat spumă, cu făină şi sare. Se frămîntă repede pînă se formează un aluat omogen. Se pune aluatul pe o farfurie, se acoperă cu un şervet şi se ţine la rece 2—3 ore, după care se scoate şi se întinde pe o planşetă presărată cu puţină făină. Foaia întinsă, de 0,5 cm grosime, se taie cu ruleta sau cu un cuţit (dat mereu prin făină ca să nu se lipească aluatul de cuţit sau de ruletă) fîşii lungi de 10 cm si late de

2 cm, se ung cu ou bătut și se presară cu caşcaval ras. Se coc în cuptor la foc potrivit, pînă se rumenesc.

51. **Saleuri cu chimen (sărăţele)**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, cu deosebirea că fîşiile de aluat se presară, în loc de caşcaval, cu chimen şi sare.

52. **Sărăţele cu cartofi**

250 g făină, 250 g cartofi, 200 g unt, 1 ou, 1 g piper pisat, 3-4 g chimen, sare.

Se curăţă cartofii fierţi de coajă, se trec prin sită, se amestecă cu făina, untul, sare după gust şi se frămîntă pînă se încorporează uniform. Aluatul obţinut se întinde pe o planşetă presărată cu făină într-o foaie de 0,5 cm grosime, care se taie în fîşii lungi de 8—10 cm şi late de 1,5 cm. Se ung fîşiile cu ou, se presară cu chimen şi puţină sare şi se pun în tavă distanţat între ele. Se coc în cuptor la temperatură potrivită.

53. **Sărăţele cu drojdie**

100 g unt sau ulei, 2 ouă, 1 linguriţă zahăr, 300 g făină, 20 g drojdie, 1/2 pahar lapte sau smîntînă, sare, chimen.

Se înmoaie drojdia în puţin lapte, se adaugă puţină făină, zahărul şi se lasă la un loc călduţ. Pe planşetă se pune făina, se adaugă drojdia crescută, laptele puţin călduţ, la fel şi uleiul sau untul topit, gălbenuşurile, sare după gust şi se frămîntă bine pînă se obţine un aluat omogen. Se pune aluatul într-un loc călduţ la crescut şi cînd s-a ridicat puţin se pune pe o planşetă presărată cu făină şi din el se întinde o foaie groasă de 1 cm. Se taie foaia în fîşii lungi de 10—12 cm şi late de 2 cm; acestea se ung cu albuş bătut, se presară cu chimen şi cu puţină sare, se aşază într-o tavă şi se introduc în cuptorul bine încălzit. Cînd se rumenesc sînt gata. Se servesc calde.

1.7. ALUATURI PENTRU APERITIVE

54. **Aluat (foitaj) pentru pateuri, volovane etc.**

250 g făină, 250 g unt sau 200 g margarină, 1/2 pahar apă, 1/2 linguriţă oţet, sare.

Se cerne făina pe o planşetă, se adînceşte la mijloc, apoi se adaugă apă, sare după gust, oţetul şi a zecea parte din cantitatea de unt. Se frămîntă bine pînă se obţine un aluat care nu se mai lipeşte de mînă şi nici de planşetă. Aluatul trebuie să fie mai moale decît cel de tăiţei. Se strînge aluatul în formă de sferă, se pune pe o farfurie rece, se acoperă cu un şervet şi se introduce în frigider, unde se lasă să se odihnească 30 min. Între timp se freacă untul ca să iasă din el zerul, apoi i se dă o formă pătrată, se dă prin făină şi se pune în frigider ca să se întărească puţin.

Coca (aluatul) se pune pe o planşetă presărată cu făină şi, cu sucitorul de aluat, se întinde o foaie pătrată mai mare decît pătratul de unt. În mijlocul pătratului de aluat se aşază untul, care se împachetează cu aluatul de pe margine, apoi se apasă uşor cu mîna şi se întinde cu sucitorul o

foaie de 3 ori mai lungă decît lată și în grosime uniformă de circa 1 cm. Împachetarea și întinsul aluatului se repetă de patru ori, la intervale de cîte 20—30 min.

Se recomandă ca, în timp ce se lucrează aluatul, să se folosească cît mai puțină făină pentru presărat planșeta și aluatul, iar la împăturit să se îndepărteze făina cît se poate de mult. Se coace în cuptor bine încins, circa 20—25 min. După ce s-a introdus foitajul în cuptor, timp de 10—12 min, nu se deschide ușa cuptorului pentru a nu intra aer rece care să stagneze creșterea foitajului. Se coace pînă la rumenire completă.

55. **Aluat tip foitaj**

250 g făină, 250 g unt sau 200 g margarină, 250 g brînză de vaci proaspătă, sare.

Acest aluat este practic, simplu și întotdeauna realizabil. Se trece brînza prin sita de mălai și se amestecă cu untul moale, se adaugă făina și puțină sare, apoi se frămîntă scurt timp și repede, pînă se obține o cocă omogenă. Se lasă la rece 2—3 ore.

Se pune apoi aluatul pe o planșetă presărată cu puțină făină și se întinde o foaie subțire de circa 0,5 cm, care se folosește în loc de foaie de foitaj.

56. **Cocă pripită**

200 ml apă, 100 ml ulei sau 100 g unt, 250 g făină, 4-6 ouă, 1 vîrf de cuțit sare.

Se fierbe apa împreună cu uleiul și sarea. Cînd a dat în clocot se pune dintr-odată toată făina, amestecînd repede cu o lopățică sau cu o lingură de lemn. Se ia aluatul de pe foc, se lasă să se răcească puțin, apoi se adaugă cîte un ou, amestecînd continuu. Nu se pune oul următor pînă ce primul nu a fost încorporat complet. Se pun atîtea ouă cîte cere compoziția ca să fie bine legată și moale (fără ca să curgă).

Se pregătește un cornet de pînză sau celofan, cu o mică pîlnioară (dui) la vîrf, cu deschizătura de 1 cm diametru. Acest cornet se umple pe jumătate cu compoziția preparată și cu el se toarnă, pe tava neunsă, diferite forme: cercuri, bastonașe sau melci. Între ele se lasă distanță de 2—3 cm, pentru creștere.

Se coc la foc potrivit circa 20 min, pînă se rumenesc. În timpul coptului, la început, nu se deschide cuptorul. Cînd formele sînt reci se taie în două sau numai puțin într-o parte și se umplu cu diferite paste sau creme.

1.8. GOGOȘI ȘI BUȘEURI-GUSTĂRI

57. **Gogoși umplute din cocă pripită**

200 g apă, 100 ml ulei sau 100 g unt, 250 g făină, 4-5 ouă, 1 vîrf de cuțit sare.

Umplutura se prepară din brînză sau ciuperci.

Coca pripită se prepară ca în rețeta precedentă. Se toarnă cu cornetul sau cu linguriță, pe o tavă puțin unsă, gogoșele de mărimea unei măsline mai mari. Se coc la fel cum s-a arătat în rețeta 56. După ce sînt reci,

se taie într-o parte și se umplu cu diferite umpluturi (v. rețetele de umpluturi).

58. **Gogoși pripite cu cartofi**

600 g cartofi, 200 g făină, 100 ml ulei, 50 g unt, 3 ouă, sare, piper sau nucșoară.

Se pun la fiert într-un vas 200 ml apă și 100 ml ulei. Cînd au dat în clocot se toarnă făina, se amestecă bine de cîteva ori și se ia vasul de pe foc. După 5—6 min se adaugă, pe rînd, cîte un ou și la urmă cartofii fierți în coajă și dați prin sită sau prin mașina de tocat. Se potrivește de sare, piper sau nucșoară. Se formează gogoșele mici care se dau prin făină și se prăjesc în ulei bine încins. La servire se stropesc cu unt.

59. **Gogoșele de cartofi cu cașcaval**

800 g cartofi, 150 g făină, 3 ouă, 100 g cașcaval, 200 ml ulei pentru prăjit, sare, piper.

Cartofii curățați de coajă se taie în patru și se fierb în apă cu sare la foc iute. După ce s-au fiert, se scurg de apă, se lasă la gura cuptorului să se zvînte 10—15 min, se lasă să se răcească, apoi se trec prin mașina de tocat sau prin sită. Se adaugă făina, ouăle, cașcavalul ras, sare, piper și se amestecă. Din această compoziție se formează gogoșele mici ca niște perișoare care se dau prin făină și se prăjesc în ulei încins.

Se servesc ca garnitură sau ca aperitiv cu cașcaval ras presărat deasupra.

60. **Gogoșele de albuș de ou**

200 g cașcaval ras, 4 albușuri, 1 lingură zeamă de lămîie, 2 linguri pesmet, sare, ulei pentru prăjit.

Se bat albușurile pînă devin spumă, se adaugă un praf de sare și zeama de lămîie și se mai bat puțin. Apoi se adaugă cașcaval ras și se amestecă bine, se fac gogoși mici, se tăvălesc prin pesmet și se prăjesc în ulei încins. Se servesc fierbinți.

61. **Bușeuri**

Bușeurile se prepară din aluatul de foitaj rețeta 54. Din foaia de aluat întinsă de 0,5 cm grosime, se taie rondele cu ajutorul unui cerc de tablă cu un diametru de 5—6 cm. Cercul de tablă se dă prin făină ca să nu se prindă de el aluat. La jumătate din numărul de rondele se decupează mijlocul cu un cerc de tablă mai mic sau cu gura unui pahărel. Rondelele întregi se ung pe margine cu ou, iar peste ele se suprapun rondele cu mijlocul găurit, apoi se ung cu ou bătut și se așază distanțat pe o tavă umezită cu apă rece. Se coc la cuptor bine încins pînă cresc și se rumenesc.

Rondelele mici scoase din mijlocuri se ung cu ou bătut, se coc și se folosesc pentru capace la bușeuri. Bușeurile se umplu cu soteuri de legume sau de ciuperci. Se servesc ca aperitive calde.

62. **Crochete de ciuperci**

400 g ciuperci, 4 ouă, 100 g unt, 100 g făină, o ceapă, 100 g pesmet, sare, piper, ulei, lapte sau supă.

Se călește ceapa în jumătate din cantitatea de unt și cînd începe să se rumenească ușor se adaugă ciupercile tăiate felii foarte subțiri, sare și piper după gust și se călesc împreună pînă scade toată apa pe care o lasă ciupercile.

Se încălzește restul de unt, se adaugă făina și se stinge cu puțină supă sau cu lapte, atît cît să rezulte un sos gros. Se adaugă ciupercile și se amestecă bine împreună. Cînd compoziția s-a răcit, se adaugă 2 ouă și se amestecă din nou. Pasta trebuie să iasă groasă și bine legată, din care să se poată forma crochete lungi de 5—6 cm și groase cam cît un deget, care se dau prin făină, ou bătut, pesmet și se prăjesc în ulei foarte încins. (În timpul prăjitului, crochetele se întorc mereu căci altfel crapă.)

63. **Crochete de ciuperci și orez**

200 g orez, 300 g ciuperci, 1 ceapă, 60 g unt, sare, piper. Pentru împănat: *2 ouă, făină, pesmet și ulei pentru prăjit.*

Ciupercile se pun în 500 ml apă și se fierb 20—30 min. Între timp se călesc în unt ceapa, orezul și ciupercile tăiate mărunt, se adaugă sare, piper și se stinge cu zeama în care au fiert ciupercile. Se mai lasă să se înăbușe pînă scade apa după care se lasă să se răcească. Apoi se amestecă și se formează cu mîna crochete de mărimea unui deget care se dau prin făină, ou bătut și pesmet și se prăjesc în ulei încins. (În tot timpul prăjitului se întorc mereu pînă se rumenesc.)

64. **Crochete de cartofi**

600 g cartofi, 2 gălbenușuri, 100 g cașcaval ras, sare, piper, 100 g făină.

Pentru împănat: *50 g pesmet, 1 ou, 50 g făină, 150 ml ulei pentru prăjit.*

La cartofii fierți și dați prin sită se adaugă gălbenușurile, cașcavalul ras, făina, sare și piper. Se amestecă totul și se împarte în bucăți egale cărora li se dă forma lunguiață de crochete. Acestea se trec prin făină, ou bătut, pesmet și se prăjesc în ulei încins.

65. **Crochete de varză**

1 varză de circa 1 kg, 200 g ceapă, 100 g pîine albă, 1-2 ouă, sare, piper, 50 g făină, 75 ml ulei.

Pentru împănat: *2 ouă, făină, pesmet. Ulei pentru prăjit.*

Varza, curățată de cotoare, se pune la fiert cu apă și puțină sare. Se fierbe numai pînă se înmoaie foile bine, apoi se scurg foile de apă, se rulează și se taie în firișoare subțiri. Între timp, se taie mărunt ceapa și se călește în ulei, se adaugă varza scursă bine de apă și împreună se mai călesc pînă scade zeama lăsată de varză. Se adaugă pîinea înmuiată în prealabil în apă și stoarsă, sare, piper, ouă și 50 g de făină, se amestecă și se

împarte în bucăţi egale. Acestora li se dă formă lunguiaţă de crochete, care se trec prin făină, ou bătut, pesmet şi se prăjesc în ulei încins.

66. **Crochete de legume**

100 g cartofi, 100 g mazăre sau fasole verde păstăi, 100 g morcov, 1 ţelină, 1 păstîrnac, 1-2 legături de pătrunjel verde, 2 ouă, sare, piper.
Pentru sos: *50 g unt, 50 g făină şi 100 ml lapte.*
Pentru împănat: *2 ouă, făină, pesmet. Ulei pentru prăjit.*

Zarzavatul fiert se taie în cuburi mici şi se amestecă cu sosul care se prepară astfel: se încălzeşte untul, se adaugă făina, se călеşte puţin şi se stinge cu apă sau cu lapte (puţin călduţ), atît cît să iasă sosul gros. Se adaugă: ouăle, sarea, piperul, legumele şi pătrunjelul tăiat mărunt. Compoziţia trebuie să iasă groasă ca să se poată forma crochete care se dau prin făină, ou bătut şi pesmet şi se prăjesc în ulei încins.

1.10 PASTE PENTRU SANDVIŞURI ŞI TARTINE

Pastele se prepară din diverse brînzeturi, unt sau smîntînă şi condimente aromate după gust. Pasta trebuie să fie omogenă ca o cremă, de aceea se trece prin sită.

Untul este un component de bază al pastei. Untul necesar pentru prepararea pastei trebuie scos din timp de la frigider, pentru a se înmuia şi a putea fi mai uşor frecat spumă.

Sarea de bucătărie şi piperul pisat trebuie cernute. Cînd pasta este prea vîrtoasă se subţiază cu smîntînă.

Pastele se întrebuinţează la prepararea tartinelor şi a sandvişurilor. De asemenea, se pot servi ca aparitive, aranjate pe un platou, dîndu-li-se o anumită formă şi fiind ornamentate frumos.

67. **Pastă de brînză telemea**

300 g brînză telemea, 100 g unt, 2-3 linguri de smîntînă groasă.

Dacă brînza telemea este prea sărată, se poate desăra ţinîndu-se o oră în lapte dulce, după care se scurge şi se trece prin sită.

Untul sau margarina se pun într-un castron şi se lasă la o temperatură de + 24° C pînă se înmoaie, fără a se topi. Se adaugă brînza şi se amestecă bine pînă se obţine o pastă omogenă. Smîntîna se adaugă numai dacă pasta este prea groasă.

68. **Pastă picantă din brînză de oaie, cu chimen**

300 g brînză de oaie sau caş, 100 g unt, 5-10 g boia, 1-2 g chimen pisat, 50 g ceapă rasă pe răzătoare, sare după gust.

Se amestecă bine toate componentele. Din această compoziţie se pot obţine 2 sau 3 culori de paste, dacă nu se pune boia de la început. Se împarte compoziţia în trei: o parte rămîne albă, a doua parte se amestecă cu boia, iar în restul compoziţiei se adaugă cîteva frunze verzi de ceapă sau mărar tocat mărunt.

69. **Pastă din brînză de vaci**

300-400 g brînză de vaci scursă bine de zer (dacă brînza este vîrtoasă se subțiază cu smîntînă), 100 g unt spumos.

Modul de preparare este la fel ca la rețetele precedente.

70. **Pastă de caşcaval**

300 g caşcaval, 100-150 g unt, 1 g piper sau boia.

Se curăță caşcavalul de coajă și se rade pe răzătoare fără să se apese; în felul acesta caşcaval iese mai fin. Untul se bate într-un castron pînă se face spumă, apoi se adaugă treptat caşcaval ras și boia sau piper.

71. **Pastă de urdă cu mărar**

500 g urdă, 100 g smîntînă, 2-3 linguri cu vîrf de mărar proaspăt tăiat foarte mărunt, sare și componente pentru decor.

Se pun toate componentele într-un castron și se freacă bine cu o lingură de lemn, apoi se adaugă sare după gust. Această pastă se întrebuințează la tartine, sandvișuri sau ca aperitiv.

72. **Pastă de ou**

3-4 ouă, 100 g brînză, 100 g unt, piper, sare.

Se dă prin sită brînza, împreună cu gălbenușurile de ouă fierte tari, se amestecă cu untul și se adaugă, după gust, sare și piper. Această pastă se folosește la prepararea tartinelor.

73. **Pastă de măsline I**

300 g măsline, 200 g unt sau margarină și 1/2 lămîie.

Se curăță măslinele de sîmburi și se dau prin mașina de tocat cu sită deasă. Se amestecă cu untul bătut spumă și se potrivește la gust cu sare și cu zeamă de lămîie.

74. **Pastă de măsline II**

300 g măsline, 100 g pîine albă (veche de o zi), 200 ml ulei, 50 g ceapă, zeamă de lămîie sau sare de lămîie.

Pentru ornat: *cîteva jumătăți de măslină și cîteva feliuțe de lămîie curățate de coajă.*

Măslinele se opăresc, apoi se curăță de sîmburi și se trec prin mașina de tocat. Se adaugă peste măsline pîinea înmuiată în apă rece și bine stoarsă și împreună se mai trec o dată prin mașina de tocat. Pasta obținută se pune într-un castron și se amestecă bine cu un tel sau cu o lingură de lemn, picurîndu-se din cînd în cînd cîte puțin ulei, ca la maioneză, apoi se adaugă, după gust, sare, lămîie sau sare de lămîie. Această pastă se servește ca și icrele, preparată cu ceapă tocată mărunt, sau se întrebuințează, ca și celelalte paste, la tartine sau sandvișuri.

75. **Pastă de sardele**

100 g unt, 1 cutie de sardele, 1 lingură de zeamă de lămîie, piper, sare.

Untul moale se freacă cu sardelele fărîmate cu o furculiță. Sarea, piperul și zeama de lămîie se adaugă după gust.

76. **Pastă de peşte**

600 g pește alb fiert, 200 g unt, 1 lingură de zeamă de lămîie, sare, piper.

Peștele alb se fierbe, se curăță de oase și de piele, se trece o singură dată prin mașina de tocat cu sita rară sau se zdrobește într-un castron cu furculița. Separat, se freacă untul pînă devine o pastă spumoasă, se adaugă peștele, sare, piper și zeamă de lămîie, după gust, și se amestecă bine.

Pasta se folosește la tartine, sandvișuri, ouă umplute, dar se poate servi și ca aperitiv, aranjată frumos pe un platou, garnisită cu feliuțe de lămîie și cu jumătăți de măslină.

77. **Pastă de şuncă**

1 cutie pastă de șuncă sau 200 g șuncă, 100 g unt, 1 lingură de muștar, sare, piper, 1 lingură de rom sau coniac.

Untul se freacă spumă, apoi se adaugă muștarul, cîte puțin din pasta de șuncă și eventual, după gust, sare, piper și coniac.

78. **Pastă din carne fiartă sau friptă**

200 g carne (de porc, vacă sau pasăre), 100 g unt, 1 lingură muștar sau, după gust, sare și piper.

Carnea, trecută prin mașina de tocat de 2—3 ori, se amestecă bine cu celelalte componente din rețetă. După ce se așază pe un platou i se dă o anumită formă, apoi se netezește cu lama unui cuțit, după care se ornează estetic cu feliuțe de ouă, ridiche, gogoșar roșu, frunzulițe de pătrunjel și se dantelează cu unt, cu ajutorul unui cornet de celofan. În loc de unt se poate folosi pastă pentru uns tartinele (v. „Tartine").

79. **Pastă din ficat de pasăre**

200-300 g ficățel de pasăre, 150-200 g unt, 100 g untură sau ulei, 100 g ceapă, 1 lingură de coniac, sare, nucșoară sau piper, după gust.

Ficățeii se pun la fiert și cînd dau aproape în clocot se scurg de apă, se spală bine, apoi se curăță de vinișoare și se taie mărunt. Separat, într-o tigaie, se călește în ulei ceapa tăiată mărunt. Cînd ceapa s-a călit se adaugă ficățeii și împreună se mai călesc 5—6 min, după care, cît sînt încă fierbinți, se strivesc cu dosul unei furculițe, apoi se trec prin sită și se amestecă bine cu unt frecat spumă și cu celelalte componente din rețetă. După gust, pasta se poate pregăti și fără ceapă, iar în loc de ficățel se poate folosi pate de ficat.

80. **Pastă din ficat de porc sau de vită**

Prepararea pastei se face la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că, în loc de ficăței de pasăre, se folosește ficat de porc sau de vită. Ficatul prăjit se trece prin mașina de tocat de 2—3 ori, după care se freacă cu unt spumos pînă se face ca o cremă.

81. **Pastă de ficat în aspic**

Se prepară o pastă din ficat (de orice fel), apoi, dîndu-i-se o formă cît mai estetică, se lasă la frigider pentru a se întări.

Cu ajutorul unui cornet în care se introduce o linguriță de unt moale se ornează cît mai artistic, făcîndu-se pe suprafața pastei gratii sau pe margine o danteluță în zig-zag (filigran). Dintr-un gogoșar sau ardei gras roșu se fac diferite ornamentații, completîndu-se cu frunze verzi de pătrunjel sau cu bucăți din foi de praz; toate se aplică ca decor și se lipesc pe pastă cu aspic lichid, după care pasta se introduce din nou în frigider ca să se întărească. După aceea, se napează pasta pe toată suprafața cu aspicul lichid aproape rece. Înainte ca pasta să fie servită, se șterge platoul, iar aspicul scurs de pe pastă se scoate de o parte, se pune pe un fund de lemn și se toacă mărunt, după care se așază împrejurul pastei pe platou.

(Pentru modul de preparare a aspicului vezi rețeta 1541).

82. **Cornet pentru șprițat paste, unt sau creme**

Pentru ornare se confecționează un cornet din celofan; pentru unt se confecționează un cornet mic, iar pentru creme-pastă se confecționează un cornet mai mare cu vîrful foarte ascuțit. Se umple cornetul pe jumătate cu unt moale și se strînge de sus de la baza conului, forțînd în felul acesta să iasă untul prin vîrful cornetului sub forma unei șuvițe subțiri cu care se fac ornamentele dorite (filigran, figurine, litere). Dacă strîngînd cornetul untul nu iese din el, se mai taie puțin din vîrful cornetului.

În cazul în care șuvița de unt nu este suficient de subțire, se face un alt cornet de celofan în care se introduce primul cornet.

Pentru șprițuit cu maioneză se folosește cornet (poș) confecționat din material textil (nanghin) prin care să nu treacă maioneza. La capătul mai mic al cornetului din material textil se fixează o pîlnioară (dui) sau un șpriț (pîlnioară cu vîrful ondulat).

83. **Unt condimentat, picant**

100 g unt, 30 g mușt ar, 1/4 lămîie, sare și piper.

Untul spumos se freacă bine cu mușt ar, piper, zeamă de lămîie și sare după gust. Se pot adăuga cîteva fire de tarhon opărit sau pătrunjel verde tocat foarte fin. Cu acest unt se pot prepara tartine, sandvișuri etc.

1.11. APERITIVE (GUSTĂRI) COMBINATE

84. **Gustări la scobitoare**

Gustările la scobitori se prepară din alimentele care se găsesc la îndemînă ca: pîine, unt, ouă, brînză sau pastă de brînză, măsline, ridichi de

lună, gogoşari, ardei gras, roşii, castraveciori şi eventual produse din carne: parizer, salam, muşchi ţigănesc sau şuncă.

Alimentele se taie în pătrăţele, ceva mai mici decît bucăţile de zahăr. Se aleg apoi scobitori ceva mai groase din lemn sau din material plastic (din comerţ) sau beţişoare pe care se înşiră intercalat componentele menţionate şi pîine unsă cu unt. Cu cît componentele sînt mai variate ca fel şi culoare, cu atît aspectul şi gustul vor fi mai apetisante.

85. **Gustări din legume, ouă şi brînzeturi I**

Pentru o persoană: *30 g brînză, ou cu maioneză, cîteva măsline, 2–3 ciuperci umplute, ridichi de lună, ceapă verde.*

86. **Gustări din legume, ouă şi brînzeturi II**

Tartine cu pastă de brînză, roşii umplute cu salată de vinete sau cu ciuperci cu maioneză, caşcaval pane sau caş proaspăt, cîteva felii de roşii şi castraveţi proaspeţi etc.

87. **Gustări din legume, ouă şi brînzeturi III**

50 g caşcaval, 1—2 jumătăţi de ou umplut cu maioneză sau cu salată de vinete, pateu de ciuperci, roşii sau ridichi de lună, 60 g salată à la rus, măsline simple sau umplute cu pastă de brînză (v. reţeta 35, măsline umplute).

88. **Gustări din legume, ouă, brînzeturi şi peşte**

Se pregătesc gustări la fel ca în reţetele precedente şi se adaugă unul, două sau trei feluri de preparate de peşte, ca de exemplu: 2 chifteluţe de peşte, 2 tartine cu icre sau cu pastă de sardele, cîteva bucăţele de peşte marinat sau file de peşte prăjit.

89. **Gustări din legume, ouă, peşte şi preparate de carne**

La gustările aranjate din legume, ouă şi eventual peşte se mai pot adăuga unele preparate din carne şi organe, de exemplu: chifteluţe din carne, creier pane sau à la grec, ficat prăjit, pastă de ficat sau tartine cu pastă de ficat, felii de salam, de şuncă, parizer, cîrnăciori, friptură din carne de porc, de vită sau de pasăre în felii tăiate subţire, pastramă, tobă, lebervurşt, caizer sau costiţă afumată fiartă.

(Gustările se pot prepara şi din unele mîncăruri reci din ouă, peşte, legume, salate, precum şi din vînat.)

1.12. APERITIVE DIN LEGUME, SERVITE RECI

90. **Arpagic înăbuşit**

Arpagic, ulei, sare.

Se alege arpagic mic, se taie la vîrf şi se opăreşte cu apă clocotită, se lasă să se răcească, se curăţă, se sărează puţin şi se pune pe foc potrivit într-o cratiţă cu puţin ulei şi apă şi se acoperă. Se scutură din cînd în

cînd vasul și nu se lasă să scadă complet apa. Se lasă pe foc pînă cînd arpagicul se înmoaie și se rumenește puțin. Se folosește în unele rețete.

91. **Zacuscă de ciuperci**

300 g ciuperci, 300 g arpagic, 200 g măsline, 200 g ceapă, 150 ml ulei, 60 g bulion, 50 ml vin, 1 g piper, 1 legătură de verdeață, sare.

După ce s-au curățat și spălat, ciupercile se taie în cubulețe potrivite, sau dacă sînt mici se taie în patru. Ceapa se taie mărunt și se călește în jumătate din cantitatea de ulei, iar în restul de ulei se înăbușă, separat, arpagicul (v. rețeta „Arpagic înăbușit").

Cînd ceapa s-a călit pe jumătate, se adaugă ciupercile și se înăbușă împreună 10—15 min, după care se mai adaugă bulionul și se stinge cu vin și cu puțină apă. Se adaugă apoi arpagicul înăbușit, măslinele opărite și se potrivește de sare și piper. Se pune totul într-o tavă care se introduce în cuptorul încins, 10 min. Se servește rece, presărată cu pătrunjel tăiat mărunt și cu felii de lămîie alături.

92. **Bame à la grec**

600 g bame, 150 g ceapă, 200 g roșii, 2 legături mărar, 100 ml ulei, 30 g bulion, 100 g vin, piper, sare de lămîie sau zeamă de lămîie.

Se aleg bame mijlocii și proaspete, se taie cu atenție codițele fără a se atinge miezul, se opăresc și se răcesc imediat cu apă rece. După ce s-au răcit și zvîntat, se călesc în o parte din uleiul bine încins și se stropesc apoi cu sare de lămîie dizolvată în apă.

În restul de ulei se pune ceapa tăiată mărunt și se călește puțin, se adaugă bulion, se stinge cu vin și cu puțină apă și se dă în cîteva clocote, după care se toarnă sosul obținut peste bame, potrivindu-se la gust de sare și piper. Se mai adaugă mărarul tocat, se amestecă ușor, se pun deasupra felii de roșii, se lasă să dea în fiert, apoi se introduc în cuptor pînă se rumenesc roșiile.

Se servesc reci. Înainte de a fi servite se presară cu mărar tocat mărunt.

93. **Dovlecei à la grec**

1 kg dovlecei, 200 g mazăre, 200 g arpagic, 2 legături mărar, 120 ml ulei, 1 g sare de lămîie, 300 g făină, 200 g ceapă, piper, sare.

Se aleg dovlecei mici, iar dacă sînt mai mari se taie în jumătăți sau sferturi. Dacă dovleceii sînt mici și fragezi, nu se mai curăță de coajă. Se călesc puțin în ulei apoi se scot și se pun într-o cratiță în care se adaugă puțină apă, lăsîndu-i să se înăbușe acoperit.

În uleiul rămas se călește ceapa tăiată foarte mărunt, fără a se rumeni. Se adaugă făina, se lasă să se încingă bine și se stinge imediat cu apă. Se sărează, se lasă să dea în fiert și se toarnă sosul peste dovlecei. Se adaugă arpagicul înăbușit (preparat ca în rețeta 90), mazărea verde fiartă, mărarul tocat și sare de lămîie, după gust. Se lasă să fiarbă 20 min, după care se răstoarnă în vasul în care vor fi serviți, presărînd deasupra mărar tocat.

94. Ţelină à la grec

600 g ţelină, 200 g ceapă, 300 g arpagic, 150 g mazăre, 2 legături verdeaţă, 100 ml ulei, 1 lingură făină, 100 g măsline, piper, sare şi sare de lămîie după gust.

Se curăţă ţelina şi se taie în felii rotunde. Dacă ţelina este veştedă, se ţine în prealabil în apă rece. Feliile de ţelină se prăjesc pe rînd în ulei, după care în uleiul rămas se călește ușor ceapa tocată foarte mărunt. Cînd ceapa începe să se îngălbenească ușor, se adaugă făina şi se stinge cu apă. Se potriveşte de sare şi de piper, se adaugă ţelina prăjită, arpagicul înăbuşit (v. reţeta 90), măslinele opărite, mazărea fiartă, mărarul tocat, lăsînd să fiarbă totul circa 30 min. Se adaugă după gust, zeamă de lămîie sau sare de lămîie.

Se serveşte rece presărată cu mărar tocat mărunt.

95. Ţelină cu sos de lămîie

600 g ţelină, 1 lămîie, 600 g sos de lămîie.

Se curăţă ţelina, se taie în formă de cuburi şi se pune, cu puţină apă şi sare, să fiarbă înăbuşit pînă se înmoaie. Cînd este gata, se adaugă sos de lămîie (v. reţeta 178) şi se mai lasă să fiarbă împreună 5—10 min.

Se serveşte cu felii de lămîie.

96. Ţelină cu măsline

600 g ţelină, 100 g măsline, 100 ml ulei, 1 lingură făină, 30 g bulion, 100 g ceapă, 50 ml vin, 1 lămîie, sare, piper.

Se taie ţelina felii subţiri, se pune într-o cratiţă cu ulei şi se înăbuşă sub capac. Cînd s-a înmuiat puţin, se scoate, iar în uleiul rămas se pune la călit ceapa tăiată mărunt. Cînd ceapa începe să se rumenească, se adaugă făina şi apoi se stinge cu bulion, vin şi apă, fără să se subţieze sosul prea tare. Se fierbe sosul circa 20—30 min, se strecoară şi în el se pun măslinele opărite, ţelina, piper, felii de lămîie şi eventual sare. Se mai lasă să fiarbă împreună cîteva minute.

Se serveşte rece.

97. Vinete împănate (imambaialdi)

5-6 vinete, 400 g ceapă, 550 g roşii, 4-5 ardei graşi, 2 legături verdeaţă, 100 g usturoi, 200 ml ulei, 50 g bulion, 100 ml vin, 1 g piper, morcov, ţelină, sare.

Se aleg vinete mici, coapte şi se curăţă partea verde de la codiţă fără a tăia codiţa. De-a lungul fiecărei vinete, la distanţe egale, se curăţă cîteva şuviţe de coajă, apoi se crestează vinetele în lungime şi se împănează cu usturoi şi cu zarzavat călit (morcov şi ţelină). Se prăjesc vinetele împănate în ulei bine încins, după care se aranjează într-o tavă smălţuită.

În uleiul rămas se călesc ceapa, ardeiul gras, o parte din roşii, usturoiul, mărarul şi pătrunjelul verde, toate tăiate fideluţe şi se potrivesc de sare şi de piper. Acest zarzavat călit se răstoarnă peste vinete şi se umple cu sos de roşii atît cît să acopere vinetele. Sosul de roşii poate fi înlocuit cu suc de roşii, sau se prepară un sos de roşii mai subţire, fără făină şi zahăr. Deasupra fiecărei vinete se pune cîte o jumătate de roşie mică şi se

introduc în cuptor pînă se rumenesc pe deasupra. După ce se scot din cuptor se adaugă vinul și se lasă să mai fiarbă pe mașina de gătit circa 10 min.

98. **Ghiveci în ulei**

300 g morcovi, 500 g cartofi, 1 țelină, 300 g păstîrnac, 300 g ceapă, 100 g mazăre, 200 g fasole verde, 5 ardei grași, 2 legături de verdeață, 120 ml ulei, 100 ml vin, 50 g bulion, piper, sare, boia.

Zarzavatul curățat și tăiat în cuburi mici se călește pe rînd în ulei. Se pot căli și împreună la cuptor sau, sub capac, pe plită. Separat se prăjește ușor ceapa tocată mărunt și se stinge cu bulion și apă. Se adaugă boiaua, piperul, sarea, vinul și se lasă să dea în fiert. Apoi se răstoarnă peste zarzavatul călit, se amestecă și se introduce în cuptor pînă ce se rumenește pe deasupra și este gata zarzavatul.

La prepararea ghiveciului se poate renunța la unele legume, înlocuindu-le, după sezon, cu altele.

Pentru ghiveci, mazărea și fasolea verde se fierb separat.

99. **Andive cu maioneză**

600 g andive, 1/2 lămîie, 4–5 linguri maioneză, piper, sare.

Se aleg andivele albe, cele cu frunzele verzi fiind amare. Se taie rădăcina, iar în cazul în care există puncte negre, acestea se curăță cu vîrful unui cuțit. Se spală în apă rece, se scurg bine, apoi se taie în lung pentru a desface toate foile și miezul. Se pun andivele într-o salatieră, se adaugă maioneza, zeama de lămîie, piper, sare după gust și se amestecă, după care se pot consuma.

100. **Andive cu smîntînă și ouă**

600 g andive. 100 g smîntînă, 2 ouă, piper, sare.

La andivele pregatite ca în rețeta precedentă, se adaugă smîntînă, în loc de maioneza, ouă fierte tari tocate mărunt, și după gust piper și sare.

101. **Conopidă cu maioneză**

600 g conopidă, 5 linguri maioneză, piper, sare.

Se curăță conopida, se desface în bucățele, se spală și se pune la fiert în apă fierbinte cu puțină sare, avînd grijă să nu fiarbă prea mult deoarece se sfărîmă. Cînd este fiartă se scoate și se așază într-o salatieră, iar cînd s-a răcit se adaugă maioneza, piper și sare după gust.

102. **Ciuperci cu maioneză**

600 g ciuperci, 5–6 linguri de maioneză, 1/2 lămîie, piper, sare, sare de lămîie.

Sînt preferate ciupercile mici. Acestea se curăță și se spală în cîteva ape, după care se pun la fiert în apă clocotită în care s-a pus sare și un vîrf de cuțit de sare de lămîie, pentru ca să se păstreze albe. După ce au fiert 15 min se strecoară.

Zeama în care au fiert ciupercile se folosește la mîncăruri.

Cînd sînt reci, ciupercile se taie în felii cît mai subțiri, se amestecă cu maioneza, se adaugă, după gust, piper, sare și se răstoarnă într-o salatieră, iar pe deasupra se ornează cu măsline și cu felii de lămîie.

103. **Ciuperci cu usturoi**

500–600 g ciuperci, cîțiva căței de usturoi, 50 ml ulei, 1 lingură de oțet, piper, sare.

Ciupercile se pregătesc ca în rețeta precedentă, iar în loc de maioneză se adaugă, potrivindu-se la gust, sare, piper, oțet și mujdei de usturoi. Se mai poate adăuga ulei și pătrunjel verde tăiat mărunt.

Se servesc cu mămăliguță caldă.

(Ciupercile cu usturoi pot fi pregătite și din ciuperci comestibile de pădure, proaspete sau uscate.)

2. *SALATE*

2.1. SALATE DE LEGUME

Salatele sînt de două feluri: *salate din legume fierte* și *salate din crudități* (salate verzi). Salatele din legume fierte se pot pregăti din timp. Salatele din crudități (salate verzi) se prepară numai în momentul servirii sau se pot pregăti din timp, însă numai cînd sînt servite se adaugă sare, oțet sau zeamă de lămîie.

Pentru a-și păstra culoarea naturală, legumele trebuie să fie fierte la foc iute, în multă apă clocotită cu puțină sare, în vas descoperit.

Legumele se îngălbenesc din cauza aburului.

După ce s-au fiert, legumele se scurg și se răcesc cu apă rece. Astfel se fierb spanacul, mazărea, carotele, fasolea păstăi, conopida, dovleceii, varza de Bruxelles etc. Pentru a păstra o culoare și mai naturală a legumelor, se adaugă puțin bicarbonat în apa care servește la fiertul acestora (1/2 linguriță la 3 l apă).

104. **Salată de andive**

600 g andive, 50 ml ulei, zeamă de la 1/2 lămîie sau 1-2 linguri oțet, sare și piper după gust.

Se aleg andive albe, cele cu frunze verzi fiind amare. Se taie rădăcina și se curăță de frunzele stricate. Andivele se spală repede în apă rece. Nu se țin mult în apă deoarece capătă un gust amar. Se taie în lung, în patru, pentru a desface toate foile și miezul și se pune totul într-o salatieră. Se sărează, se adaugă sosul pregătit separat din ulei, zeamă de lămîie, piper și, după gust, puțin muștar.

Se consumă imediat sau cel mult în 2—3 ore de la pregătire.

Salata de andive se poate prepara și cu maioneză (v. rețeta 99).

105. **Salată de ardei gras**

Ardei, ulei, oțet, sare.

Se aleg ardei mari, se coc pe plită sau pe o tablă pe aragaz, pe toate părțile, fără să se ardă deoarece se rup la curățat. Ardeii copți se pun într-un vas, se presară cu sare și se acoperă cu un prosop sau capac. După ce s-au răcit, se curăță de pieliță, se rade codița și se așază ardeii într-o salatieră, iar deasupra se toarnă un sos preparat din ulei, sare și oțet.

106. **Salată de gogoşari copţi**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă.

107. **Salată de ardei gras şi roşii**

12 ardei graşi, 6-8 roşii, 2-3 linguri de ulei, 2 linguri de oţet, sare, piper.

Ardeii se prepară ca în reţeta 105, apoi se aşază pe un platou un rînd de ardei şi un rînd de felii de roşii. Se stropesc cu sosul pregătit separat din ulei, oţet, piper şi sare, bătute bine cu o furculiţă într-o ceaşcă.

108. **Salată de gogoşari pentru iarnă**

5 kg gogoşari, 1 l oţet, 1/4 l ulei, 1/4 kg zahăr, 2 linguri miere, 2 linguri sare, piper, foi de dafin, boabe de muştar.

Se curăţă gogoşarii de cotor şi seminţe şi se taie în felii mai mari. Într-o cratiţă se toarnă oţetul, uleiul, zahărul, mierea, sarea şi mirodeniile şi se dă în clocot. Gogoşarii tăiaţi se opăresc în cratiţă rînd pe rînd (cam în patru-cinci reprize) după care se scot cu spumiera în alt vas, scurgîndu-se bine şi se lasă să se răcească.

Se pun în borcane şi se toarnă soluţia răcită în care au fost opăriţi gogoşarii. Se leagă cu celofan şi se ţin la cămară. Se pot servi după cîteva zile, sau se păstrează luni de zile. Au gust dulceag.

109. **Salată de cartofi cu ceapă**

600 g cartofi, 150 g ceapă, 100 ml ulei, 2-3 linguri oţet, 1 legătură de verdeaţă, sare, piper, măsline.

Cartofii se pun la fiert în coajă (necurăţaţi), în apă cu sare. După ce s-au fiert şi răcit, se curăţă şi se taie în felii subţiri, la fel şi ceapa. Verdeaţa (pătrunjel sau mărar) se taie mărunt. Se amestecă cartofii împreună cu ceapa într-un castron şi se potrivesc după gust, cu sare, piper, oţet şi ulei. Se aşază pe platou sau într-o salatieră, se presară cu verdeaţă, iar pe deasupra se ornează cu măsline unse cu ulei.

110. **Salată de cartofi cu varză murată**

600 g cartofi, 100 g ceapă, 400 g varză murată, 100 ml ulei, piper, verdeaţă, măsline.

Se prepară după indicaţiile date la reţeta precedentă, adăugîndu-se varza murată tăiată subţire.

111. **Salată de cartofi cu maioneză şi smîntînă**

1 kg cartofi, 200 g maioneză, 100 g smîntînă, piper, sare, muştar.

Se curăţă de coajă cartofii fierţi, se lasă să se răcească, apoi se taie în rondele. Se amestecă cu maioneză la care s-a adăugat smîntînă, muştar, piper şi sare.

Se recomandă cartofi mici, lunguieţi (cornuleţe).

112. **Salată orientală de sezon**

500 g cartofi, 100 g ceapă, 2-3 ardei graşi, 300 g roşii, 200 g castraveţi verzi, 1-2 legături ridichi de lună, 1 legătură verdeaţă, 2 ouă sau 50 g măsline, 50 ml oţet, 80 ml ulei, sare.

Cartofii se pun la fiert în coajă, apoi, după ce s-au răcit, se curăţă şi se taie în felii subţiri. La fel se taie şi ceapa. Ardeii graşi se taie subţiri ca fideaua, roşiile se taie în rondele, la fel şi castraveţii curăţaţi de coajă, apoi se pun împreună cu cartofii şi ceapa într-un castron. Se amestecă toate şi se adaugă ulei, sare, piper şi oţet după gust. Se aşază salata pe platou, se presară cu pătrunjel verde tăiat mărunt, iar deasupra se ornează cu ridichi de lună tăiate în rondele subţiri, cu ouă fierte tari tăiate în sferturi sau în felii şi cu măsline.

113. **Salată orientală trufanda (din cartofi noi)**

500 g cartofi noi, cîteva felii de ceapă verde, 3-4 legături ridichi de lună, 2-3 salate verzi, 50 ml ulei, 1 legătură de mărar, 1 legătură de pătrunjel, piper, sare, oţet.

Cartofii noi curăţaţi se fierb în apă clocotită cu puţină sare. Cînd sînt gata se scurg, se stropesc cu ulei şi se ţin acoperiţi pînă se răcesc. Între timp se curăţă şi se spală bine ceapa verde, ridichile, salata verde şi verdeaţa, după care se taie în bucăţi potrivit de mari. Se amestecă totul împreună cu cartofii şi se adaugă după gust, ulei, sare, piper şi oţet. Deasupra se presară cu mărar şi pătrunjel verde. Se poate orna şi cu felii de ouă fierte.

114. **Salată orientală de iarnă**

1 kg cartofi, 200 g ceapă, 200 g castraveţi acri, 80 ml ulei, 50 g oţet, 1 legătură verdeaţă, 60 g măsline, piper, sare.

Cartofii se pun la fiert în coajă. După ce s-au fiert şi s-au răcit, se curăţă şi se taie în felii subţiri, la fel şi ceapa. Castraveţii acri se aleg dintre cei mai tineri, dacă au coajă groasă se curăţă, apoi se taie în rondele cît mai subţiri. Verdeaţa (pătrunjel sau mărar) se curăţă, se spală şi se taie mărunt. Se amestecă toate într-un castron şi se adaugă, după gust, sare, piper, oţet şi ulei. Salata se aşază pe un platou sau într-o salatieră, se presară cu verdeaţă, iar pe deasupra se ornează cu măsline unse cu ulei.

115. **Salată de cartofi cu brînză telemea**

1 kg cartofi, 300 g telemea, 100 g ceapă sau 200 g ceapă verde, 1-2 legături de ridichi de lună, 60 ml ulei, sare, piper, oţet.

Cartofii fierţi în coajă, după ce se răcesc se curăţă, se taie în felii, apoi se adaugă ceapa tăiată, ridichile, brînza rasă şi se potrivesc la gust de oţet, sare şi piper. Se amestecă lejer şi se aşază într-o salatieră. Se pot orna deasupra cu felii de roşii şi de ardei gras.

116. **Salată de legume (à la rus) cu maioneză**

Pentru 1 kg de salată: *800 g cartofi, 200 g morcovi, 200 g mazăre, 300 g maioneză, 1 lingură de muştar, 1-2 ouă fierte tari, 1 lingură de pătrunjel verde tăiat mărunt, piper pisat, sare.*

Morcovii și cartofii fierți se curăță de coajă și se taie în cuburi mici. Se adaugă mazărea fiartă, pătrunjelul tăiat mărunt, ouăle fierte și tocate, muștarul, o parte din maioneză, apoi se amestecă și se potrivește de sare și de piper după gust. Se așază salata pe platou, se acoperă cu un strat subțire de maioneză, iar cu restul de maioneză se șprițuiește pe deasupra și se decorează cu bucățele și cu șuvițe de legume tăiate, cu felii de ouă și cîte o ramură de pătrunjel verde.

117. **Salată de castraveți**

3–4 castraveți proaspeți, 30–50 ml ulei, 1 legătură de mărar, sare, piper, oțet.

Castraveții tineri și proaspeți se curăță de coajă, se taie în felii subțiri, se pun în salatieră și se amestecă cu mărar tăiat mărunt, piper, sare și oțet după gust.

118. **Salată de castraveți cu roșii și ceapă**

3–4 castraveți, 100 g ceapă, cîteva roșii, sare, piper, oțet.

Castraveții și roșiile se spală și apoi se curăță (castraveții de coajă, iar roșiile de pieliță). Se curăță și ceapa. Apoi se taie toate în felii subțiri (roșiile se pot tăia în felii mai groase) și se pun în salatieră. Se adaugă, după gust, sare, piper, ulei și eventual oțet. Se amestecă totul cu grijă și se servește imediat.

119. **Salată de ciuperci**

700 g ciuperci de seră sau 1 cutie de ciuperci conservate, 2–3 linguri de ulei, zeama de la 1 lămîie, 1 căpățînă mică de usturoi, piper, sare, 1 legătură de mărar, 1 vîrf de cuțit sare de lămîie.

Ciupercile se curăță, se spală în mai multe ape și se pun la fiert în apă clocotită cu sare și cu puțină sare de lămîie (sarea de lămîie se pune pentru ca ciupercile să nu se înnegrească în timpul fiertului). Cînd sînt fierte, ciupercile se scot din zeamă și după ce s-au răcit se taie în felii subțiri și se pun în salatieră. Se adaugă usturoiul pisat, mărarul tocat, uleiul, zeama de lămîie, sare și piper după gust.

120. **Salată de conopidă**

1–2 kg conopidă, 2–3 ouă fierte, 1 lingură de muștar, 100 ml ulei, zeamă de la 1 lămîie sau 2–3 linguri de oțet, sare, piper.

Conopida se desface în buchețele și se pune pentru cîteva minute în apă rece cu sare. Apoi se pune la fiert în apă clocotită cu sare. Se fierbe 20—30 min, după care se lasă să se răcească și se așază în salatieră. Din ouăle fierte se scot gălbenușurile și se rad pe răzătoare, se pun într-un castron, se adaugă muștarul, se amestecă cu uleiul, picurat cîte puțin, sare, piper și zeamă de lămîie sau oțet, după gust, și se răstoarnă peste conopidă. Salata poate fi dreasă numai cu ulei și cu oțet sau cu maioneză.

121. **Salată de varză de Bruxelles**

1 kg varză de Bruxelles, 1 lămîie, 2–3 linguri de ulei, sare, piper.

Varza de Bruxelles se curăță, se spală în mai multe ape, se pune la

fiert în apă clocotită cu puțină sare, lăsîndu-se să fiarbă circa 20 min, după care se scurge și se răcește cu apă rece. Se pune într-o salatieră și se adaugă uleiul, zeama de lămîie, sare și piper după gust.

122. **Salată de sparanghel**

1 kg sparanghel curățat, 2-3 linguri de ulei, oțet sau zeamă de lămîie, 1 lingură de muștar, piper, sare.

Sparanghelul se rade cu cuțitul de partea tare, spre rădăcină (cotor). Dacă cotoarele sînt prea lungi, se mai taie din ele. Se fierbe sparanghelul în apă cu sare pînă este gata. După ce s-a răcit, se scurge de apă și se așază pe platou. Din ulei, zeamă de lămîie, muștar, piper și sare se prepară sosul care se toarnă peste vîrfurile sparanghelului (fiindcă numai vîrfurile sînt bune de consumat).

123. **Salată de ceapă verde cu ridichi de lună**

4 legături de ceapă verde, 4 legături ridichi de lună, 1 legătură mărar, 2-3 linguri ulei, sare, oțet.

Ridichile de lună curățate și spălate se taie în felii subțiri. Ceapa verde se taie în bucățele, împreună cu foile verzi, dacă acestea sînt fragede. Se pun într-o salatieră ridichile, ceapa, mărarul tăiat mărunt, uleiul și numai în momentul servirii se sărează și se adaugă, după gust, oțet sau zeamă de lămîie, deoarece sarea și oțetul înmoaie salata. Deci salata trebuie servită imediat.

124. **Salată de ridichi de lună, ceapă verde și ouă**

4 legături ridichi, 4 legături ceapă verde, 3-4 ouă, 2-3 linguri de ulei, 1 legătură de mărar, sare, piper, oțet.

Salata se prepară ca în rețeta precedentă, adăugîndu-se ouă fierte tari și tăiate în felii sau în sferturi care se aranjează pe frunze de salată.

125. **Salată de ridichi de iarnă**

500 g ridichi de iarnă, 2-3 cepe de apă, 2 linguri ulei, 1 lingură de zeamă de lămîie, sare.

Ridichile se curăță de coajă și de partea amară din miez, se spală, se dau pe răzătoarea cu găuri mari, se sărează și se lasă o oră. Se storc apoi cu mîinile, se așază într-o salatieră, se adaugă cepele tăiate în felii subțiri, uleiul, sucul de lămîie și se amestecă. Salata se poate garnisi cu măsline.

126. **Salată de ridichi cu brînză telemea**

500-600 g ridichi de iarnă (negre), 200-300 g brînză telemea sau frămîntată, ulei, piper, sare.

Ridichile se curăță, se spală, se dau pe răzătoarea cu găuri mari, se sărează și se lasă o oră ca să se înmoaie, după care se storc ca să iasă sucul amar din ele care se aruncă. Ridichile rase și stoarse se amesteca cu brînza și, după gust, se mai adaugă ulei, piper și sare. Salata se garnisește cu măsline.

127. **Salată de dovlecei**

600 g dovlecei, 50 ml ulei, 1 lămîie, 1 linguriță muștar, 1 legătură de mărar, sare.

Dovleceii se curăță, se spală și se pun la fiert în apă clocotită cu puțină sare. După ce se fierb (în cîteva minute), dovleceii se scurg, se răcesc cu apă rece și se taie în cubulețe. Apoi se pun în salatieră și se toarnă peste ei sosul preparat din ulei, zeamă de lămîie, muștar, mărar tăiat mărunt, sare și se amestecă ușor, după care se pot consuma.

128. **Salată de praz**

Cîteva fire de praz, 150 g maioneză, piper, 1 linguriță de muștar, sare.

Partea albă a firului de praz se taie în felii, se sărează puțin ca să se înmoaie, după aceea se amestecă cu maioneză, la care se adaugă muștar și piper, după gust. Se garnisește cu măsline.

129. **Salată de sezon din crudități**

Legumele pot fi servite la masă și fără nici o pregătire specială (în starea lor naturală). Ele au culoarea lor proprie care împodobește masa și deschide mesenilor pofta de mîncare, fiind totodată foarte folositoare organismului. Astfel de legume sînt roșiile, castraveciorii, ridichile, diferite soiuri de ardei grași, salata verde, ceapa, ceapa verde, precum și varza. Aceste legume pot fi servite fără a fi preparate, punîndu-se la masă, separat, sare, ulei, piper și lămîie sau oțet.

Roșiile se spală și se pun pe masă fie întregi, fie tăiate.

Ridichile se curăță de frunze în așa fel ca în partea din mijloc să rămînă cîteva, apoi li se taie codița, se spală bine și se scutură de apă.

Ardeiul gras, de diferite soiuri, se taie în două, se curăță de semințe și se spală.

Ceapa verde se curăță, se spală, se scutură de apă, se scurtează foile la aceeași mărime și se pune pe farfurie plată.

Castraveciorii verzi se curăță de coajă, se taie în lung, în patru bucăți sau în rondele și se presară cu puțină sare și piper.

Miezul de varză murată se taie în lung, se așază în salatieră și deasupra se toarnă ulei amestecat cu zeamă de varză și se presară cu puțină boia roșie și cu piper pisat.

130. **Salată de țelină cu mere**

600 g țelină, 300 g mere, 2 ouă, 100 ml ulei, 1 lingură zeamă de lămîie, 1/2 linguriță de muștar, sare, piper.

Se aleg țeline fragede, se curăță și se țin timp de o oră în apă rece. După aceea se taie subțire, ca fideaua, se sărează puțin și se mai lasă să stea 10 min, după care se amestecă cu merele tăiate la fel (fidea) și cu sosul format din gălbenușurile de ouă, muștarul, uleiul și zeama de lămîie. Se adaugă în salată sare și piper după gust. Se servește ca orice salată. După preferință, în salată se pot adăuga și morcovi rași.

131. **Salată de fasole verde (păstăi)**

1–1,5 kg fasole păstăi (fără ațe), 1/2 căpățînă de usturoi, 60 ml ulei, 1–2 linguri oțet, mărar, piper, sare.

Fasolea se curăță de ațe, se spală și se pune la fiert în apă clocotită cu puțină sare. După ce s-a fiert și s-a răcit, se amestecă cu mujdei de usturoi, ulei, oțet, mărar tocat mărunt, sare și piper, după gust.

132. **Salată de fasole albă**

250 g fasole albă, 15 g ceapă, 100 ml ulei, 50 ml oțet, piper, sare, pătrunjel verde.

Se fierbe fasolea boabe (de preferință cu bobul mare); după primul clocot se ia vasul de pe foc, se scurge apa și se umple cu altă apă caldă. Se fierbe fasolea pînă se înmoaie bobul, apoi se lasă să se răcească. Între timp, se curăță ceapa, se taie foarte subțire și se pune peste fasole. Se adaugă uleiul, verdeața tăiată mărunt, oțetul, piperul și sarea după gust. Se amestecă și se pune pe platou sau în salatieră, iar deasupra se presară cu verdeață tăiată mărunt.

133. **Salată de sfeclă roșie cu hrean sau chimen**

Sfeclă roșie, hrean sau chimen, ulei, oțet, sare.

Se coace sau se fierbe sfecla, apoi se curăță. Dacă sfecla este mare se taie în lung în 4 sau în 6 și apoi, cu un cuțit riglat, se taie în felii subțiri și se presară cu puțină sare. Într-un castron se așază alternativ un rînd de sfeclă și un rînd de hrean dat pe răzătoarea cu găuri mărunte. Se toarnă deasupra oțet, după gust.

Această salată este mult mai gustoasă dacă a fost preparată cu o zi înainte. Se ține într-un borcan închis ermetic. Cînd se servește se adaugă puțin ulei. Salata de sfeclă se mai poate prepara înlocuind hreanul cu chimen, care se presară peste feliile de sfeclă.

134. **Salată de sfeclă roșie rasă**

Sfeclă roșie, hrean, zahăr, oțet, sare.

Se coace sau se fierbe sfecla, se curăță, iar după ce s-a răcit se dă printr-o răzătoare măruntă. De asemenea, se rade hreanul, în proporție de 1/15 față de cantitatea de sfeclă, se amestecă împreună și se adaugă puțin zahăr, oțet și sare după gust. Se poate servi imediat sau se poate păstra mai mult timp într-un borcan închis ermetic.

135. **Salată de sfeclă roșie cu ciuperci uscate**

600 g sfeclă, 60 g ciuperci uscate, 100 g ceapă, 100 ml ulei, piper, sare, oțet și usturoi.

Se coace sau se fierbe sfecla. Între timp, se spală ciupercile uscate sau hribii în apă și se pun la înmuiat o oră în apă călduță, după care se pun la fiert. Sfecla fiartă se curăță (dacă este mare se taie în lung în 4) și apoi se taie în felii subțiri, se adaugă ciupercile fierte și tăiate, de asemenea, în felii subțiri, ceapa care s-a tăiat mărunt și s-a călit în ulei, piper, sare, oțet și, după gust, usturoi pisat. Se amestecă împreună toate ingredientele și se așază într-o salatieră. (Zeama rămasă de la ciuperci se folosește la subțiat mujdeiul de usturoi, care se toarnă în salată).

136. **Salată de roşii**

Roşii, ulei, sare, ceapă, piper.

Se aleg roşii cărnoase şi bine coapte (de preferinţă ţinute la rece). Înainte de a fi servite, roşiile se taie în felii, nu prea subţiri şi nu se amestecă deoarece s-ar sfărîma feliile, ci doar se scutură salatiera. Cine doreşte poate adăuga ceapă tăiată subţire, ulei, sare şi piper, după preferinţă.

137. **Salată de roşii asortată**

3-4 roşii, 3-4 ardei graşi, 1-2 cepe, 1 ardei iute, 1 legătură de mărar, 50 ml ulei, oţet, sare.

Roşiile, ardeii graşi, ardeiul iute şi ceapa se taie felii subţiri, se aşază într-o salatieră şi se adaugă, după gust, sare, ulei şi oţet. Salata nu se amestecă pentru a nu se sfărîma feliile de roşii; se scutură numai de cîteva ori salatiera. Se serveşte presărată cu mărar tăiat mărunt.

138. **Salată de roşii cu castraveţi**

500-600 g roşii, 2-3 castraveţi proaspeţi, 1-2 cepe sau cîteva fire de ceapă verde, 1 legătură mărar, 2-3 linguri ulei, piper, sare, oţet sau zeamă de lămîie.

Roşiile proaspete şi bine coapte se spală, se taie în felii (nu prea subţiri) şi se pun în salatieră. Castraveţii se curăţă de coajă şi se taie felii subţiri, la fel se taie şi ceapa, apoi se pun peste roşii în salatieră. Se adaugă, după gust, sare, piper, oţet, ulei şi se presară cu mărar tăiat mărunt.

139. **Salată de vinete**

1 kg vinete, 150 ml ulei, sare, ceapă, roşii, ardei gras.

Se aleg vinete de culoare cît mai neagră şi cu coaja lucioasă. Se coc pe jar, pe plita bine încinsă sau pe flacăra de aragaz, după care se pun pe un fund de lemn puţin înclinat pentru ca în timp ce se răcesc, să se scurgă zeama din ele. Se curăţă cu mîna înmuiată în apă rece în aşa fel încît să nu rămînă nici o urmă de coajă arsă. Se pun apoi vinetele pe un fund de lemn curat şi se toacă cu un satîr sau cu un cuţit din lemn (vinetele nu trebuie să se atingă cu metale, deoarece se înnegresc şi devin toxice), se sărează şi se pun într-un castron de faianţă sau de porţelan. Se freacă apoi bine, numai cu lingura de lemn, adăugîndu-se treptat ulei în proporţie de 150—200 ml la 1 kg de vinete curăţate. Se potrivesc de sare. Se poate adăuga şi ceapă tăiată foarte mărunt, sau se poate servi ceapa separat.

Salata de vinete se aranjează pe platou şi se ornează cu felii de roşii şi cu rondele de ardei gras. Pentru a spori cantitatea de salată de vinete, se pot adăuga 2—3 dovlecei tineri curăţaţi de coajă şi fierţi în apă clocotită cu puţină sare. Cînd dovleceii sînt fierţi, se scurg bine de apă şi apoi se toacă împreună cu vinetele. În momentul servirii salata de vinete se stropeşte cu puţin ulei.

140. **Salată verde**

2-3 salate verzi cu miez sau mai multe dacă sînt mici, ulei, sare, oţet sau zeamă de lămîie.

Se alege salată tînără, proaspătă și cu miez. Se îndepărtează primele foi veștede și pătate, iar restul salatei se spală în mai multe ape reci, după care se taie în lung în 4 sau în 6. Dacă salata este prea tînără și nu are încă miez, se alege foaie cu foaie, se pune în salatieră și se toarnă sosul peste ea în momentul servirii.

Separat, într-o ceașcă, se prepară sosul, din ulei și oțet, sau zeamă de lămîie. La nevoie oțetul se poate dilua cu puțină apă, iar după plac se poate adăuga o linguriță de muștar sau zahăr, sau, după preferință, se poate adăuga la salată și puțin mujdei de usturoi.

141. **Salată verde cu castraveți și roșii**

2-3 salate, 3-4 roșii, 2 castraveciori proaspeți, 2-3 linguri ulei, 1 lingură de mărar tocat, oțet sau zeamă de lămîie, sare și piper.

Salata verde se prepară la fel ca în rețeta precedentă. Se așază în salatieră și peste ea se pun felii tăiate de castraveciori curățați de coajă, felii de roșii, mărar tocat, sosul preparat din ulei, zeamă de lămîie, piper și sare, după gust.

142. **Salată de păpădie**

Frunzele tinere de păpădie se spală în cîteva ape și se așază într-o salatieră. Se adaugă peste ele ulei, sare, oțet sau zeamă de lămîie, după gust.

143. **Salată de varză dulce**

1 kg varză proaspătă, 100 ml ulei, 1-2 linguri oțet, sare, piper pisat.

Varza se taie foarte subțire, se sărează, se freacă și se lasă să stea o jumătate de oră, după care se stoarce. Se adaugă ulei, oțet și piper pisat. După gust, se poate adăuga puțină ceapă tăiată felii subțiri și ardei gras.

144. **Salată de varză murată (miez)**

Din căpățîna verzei murate se scoate mijlocul (miezul), se taie în fîșii lungi sau în cuburi, care se pun în salatieră și deasupra se toarnă ulei, se presară puțin piper pisat și boia roșie.

145. **Salată de varză murată cu cartofi**

1 kg varză, 600 g cartofi, 100 g ceapă, 100 ml ulei, oțet, sare, piper.

Varza se taie în fîșii subțiri sau în cuburi. Ceapa și cartofii fierți se taie în felii subțiri și se amestecă cu varza scursă de zeamă. Se adaugă uleiul, piper, după gust, și dacă este nevoie se mai adaugă sare și oțet (varza fiind murată conține sare și este acră).

146. **Salată de varză roșie**

1 kg varză roșie, 10 g sare de lămîie, 100 ml ulei, oțet, sare.

Varza se taie foarte subțire, se sărează, se freacă și se lasă să stea o jumătate de oră, după care se stoarce bine. Se adaugă puțină sare de lămîie, care îi dă o culoare mai frumoasă. Se adaugă ulei și se potrivește la

gust de sare şi oţet. Se amestecă şi se pune în salatieră. Această salată se poate păstra timp îndelungat în borcan.

2.2. ICRE ŞI SALATE CU PEŞTE

147. Icre de crap sau ştiucă

100 g icre, 300–350 ml ulei, sare de lămîie sau zeamă de lămîie, ceapă şi cîteva măsline pentru ornat.

Icrele proaspete, scoase din peşte, se trec imediat printre-o sită rară, pentru a se înlătura pieliţele. Se sărează potrivit, se pun într-un castron şi se lasă la rece. Icrele se leagă mai bine şi au un gust mai bun dacă se lasă cel puţin 24 ore la rece. După ce se scot de la rece se prepară astfel: se amestecă cu un tel, turnînd puţin cîte puţin ulei şi amestecînd repede tot timpul pentru ca uleiul să nu aibă timp să se strîngă într-un singur loc. Se măreşte treptat cantitatea de ulei, stropindu-se între timp icrele cu puţină apă sau sifon. La sfîrşit se adaugă puţină zeamă de lămîie, continuînd amestecarea şi stropirea cu apă sau sifon.

Dacă se întîmplă ca icrele să se taie, se ia o lingură de icre nepreparate care se amestecă bine într-un vas separat, picurînd cîte puţin ulei şi puţină apă sau sifon şi amestecîndu-se continuu, apoi se adaugă puţin cîte puţin din icrele tăiate.

Icrele tăiate se mai pot drege şi cu miez de pîine albă înmuiată în apă şi stors bine. Se pun într-un castron circa 60 g miez de pîine şi se amestecă bine, adăugînd treptat icrele tăiate.

Icrele tăiate se pot drege, de asemenea, şi cu circa 50 g griş fiert tare şi răcit bine, aplicînd aceeaşi metodă ca şi cu miezul de pîine. Dacă icrele au bobul mai gelatinos, de la început trebuie să se stropească cu apă sau cu sifon. Icrele bine legate se ţin la rece 2—3 ore, după care, dacă s-au întărit, se mai amestecă din nou, adaugînd apă sau sifon atît cît mai primesc. Se reţine o mică cantitate din icre, iar restul se pun pe platou, se aranjează şi se netezesc, apoi se garnisesc cu şpriţul cu icrele reţinute, cu felii de lămîie şi cu măsline. Se servesc cu ceapă tăiată mărunt.

148. Icre de heringi sau tarama

La o cantitate de 100 g icre se adaugă 100 g miez de pîine înmuiat şi stors bine sau 150 g griş fiert gros şi bine răcit. Mai departe se procedează la fel ca în reţeta precedentă. Se servesc cu ceapă tăiată foarte mărunt, spălată cu apă rece şi apoi bine scursă de apă. Se ornează cu măsline şi cu felii de lămîie.

149. Icre de Manciuria

Icrele de Manciuria se servesc fără a fi preparate. Se folosesc la pregătirea tartinelor (vezi cap. 1.2. Tartine).

150. Icre negre

Icrele negre se ţin în permanenţă în frigider, altfel se alterează şi pot fi foarte dăunătoare.

Se servesc ca tartine, pe felii de franzelă tăiate subţiri şi unse cu unt proaspăt, iar pe margine se ornează cu unt cu ajutorul unui cornet con-

fecționat din celofan sau pergament, cu vîrful ascuțit din care se taie foarte puțin, pentru ca să iasă untul sub forma unei șuvițe subțiri ca o ață

151. **Salată de heringi sau de scrumbii sărate I**

500 g heringi sau scrumbii desărate, 500 g cartofi, 100 ml ulei, 50 ml oțet, 2-3 cepe, cîteva măsline, sare, piper.

Cartofii fierți se curăță de coajă și se taie în felii. Ceapa curățată se taie în felii cît se poate de subțiri, și împreună cu cartofii se pun într-o salatieră sau într-un castron, se adaugă felioare de heringi sau de scrumbii (desărate și fără oscioare). Deasupra se toarnă un amestec preparat, după gust, din: ulei, oțet, apă, piper și eventual sare. Se garnisește salata cu măsline și se presară cu pătrunjel verde sau cu ceapă verde tăiată mărunt.

152. **Salată de heringi cu legume II**

300-400 g heringi sau scrumbii, 200 g ceapă, 150 g castraveciori acri, 400 g cartofi fierți, 100 ml ulei. Se mai pot adăuga: *200-300 g miez de varză murată tăiată subțire, ardei grași sau gogoșari, mărar, pătrunjel verde, salată verde, măsline, ouă fierte tari și, după gust, oțet, sare și piper.*

Toate ingredientele se taie în felii sau mărunt și se pun în castron. Peste ele se toarnă un amestec din ulei, oțet, apă, sare și piper, după gust, apoi se amestecă și se pun într-o salatieră sau pe un platou. Se garnisește salata cu ouă fierte tăiate în rondele sau în sferturi, cu roșii tăiate la fel ca și ouăle, cu măsline spălate și unse cu ulei, iar peste acestea se presară mărar și pătrunjel tăiate mărunt.

153. **Salată de heringi, cherci sau scrumbii cu ceapă, măsline și lămîie**

Pentru 5 porții: *500 g heringi, 500 g ceapă, 1 morcov, 1 lămîie, 100 g măsline, 1 legătură pătrunjel, 50 ml ulei, 1 foaie de dafin, oțet, piper, sare.*

Se desărează și se curăță heringii, apoi se taie în două jumătăți și se curăță de oase. Se taie ceapa în felii subțiri, se amestecă cu pătrunjel tăiat mărunt, o foaie de dafin sfărîmată, morcov ras pe răzătoare cu găuri mari și piper boabe.

Se aranjează zarzavatul în mijlocul platoului, de jur-împrejur se pun felii de heringi sau cherci, iar deasupra se toarnă un sos preparat din ulei, apă și oțet sau zeamă de lămîie.

Se ornează cu felii de lămîie și cu măsline.

154. **Salată de pește cu legume și maioneză**

300 g pește fiert sau marinat, 300 g cartofi, 100 g morcovi, 100 g mazăre, 200 g maioneză, 1 lingură de muștar, piper, sare.

Legumele se fierb, se taie în pătrățele mici, se amestecă cu o parte din maioneză și apoi se adaugă muștarul, sare și piper după gust. Peștele fiert, sărat sau marinat, se curăță de oase și de pieliță, se taie ca și legumele mărunt și se amestecă împreună cu salata. Se ornează salata cu restul de maioneză și se garnisește cu felii de ouă și măsline. Se servește ca salată aperitiv.

2.3. SALATE CU CARNE

155. Salată de păsăre cu maioneză

200 g carne de pasăre, 500 g cartofi, 2 mere, o jumătate de țelină, 100 g mazăre, 2 ouă fierte tari, 1 lingură de coniac, 1 linguriță de muștar, maioneză, sare și piper.

Se taie ca fideaua cartofii fierți și curățați, merele curățate, țelina crudă și carnea de pasăre fiartă. (Din cantitatea de carne indicată, numai jumătate se amestecă cu salata, cealaltă jumătate oprindu-se pentru garnitură.) Se adaugă maioneză, muștar, coniac, piper și sare după gust. Se amestecă totul, se aranjează pe platou și se garnisește cu restul de carne de pasăre și cu rondele de ouă răscoapte. Pînă la servire, salata se ține la rece și se poate napa (glasa) cu aspic.

156. Salată de șuncă

Se prepară la fel ca salata de pasăre, în loc de carne de pasăre folosindu-se 150 g șuncă slabă, iar merele se înlocuiesc cu castraveciori murați.

157. Salată de boeuf

800 g cartofi, 200 g carne fiartă de vacă, 300 g maioneză, 200 g castraveți murați (acri), piper, sare, iar pentru ornat *măsline, gogoșar și cîteva foi de salată verde.*

Este o salată foarte populară care se prepară în diferite feluri, confundîndu-se de cele mai multe ori cu salata à la rus.

Se curăță cartofii fierți de coajă și se taie în felii subțiri. Se adaugă carnea fiartă, castraveții murați în prealabil curățați de coajă și scurși de zeamă, toate tăiate în felii subțiri. Se adaugă o parte din maioneză, muștarul, sarea, piperul, toate după gust și se amestecă. Se așază salata pe platou și se stropește cu restul de maioneză. La urmă se garnisește cu cîteva măsline sau cu rondele de ou. Se poate orna și cu diferite forme tăiate din legume și verdețuri.

158. Salată din cap și picioare de vițel cu sos vinegretă

Cap și picioare de vițel, ceapă, morcov, țelină, sare, piper și sos vinegretă.

Se curăță capul (se scoate creierul) și picioarele de vițel, se opăresc, se spală cu apă rece și se pun la fiert împreună cu o ceapă, un morcov, o jumătate de țelină și sare. După ce au dat în fiert, se curăță bine spuma ridicată, după care se lasă să fiarbă pînă cînd carnea se desprinde de pe oase. Se ia vasul de pe foc, se scot capul și picioarele, se alege carnea de pe oase și se aranjează pe platou. Se strecoară zeama în care au fiert acestea și dacă nu este suficient de gelatinoasă se mai lasă pe foc ca să scadă și apoi se toarnă peste carne. Se lasă să se răcească și să se închege. Se servește cu sos vinegretă (v. rețeta 163 „Sos vinegretă").

3. *SOSURI*

159. **Sos cu oțet sau cu lămîie**

Pentru 6 porții: *3-4 linguri de ulei, 1-2 linguri de oțet, 1-2 linguri de apă, 1 linguriță de zahăr, sare și piper după gust (oțetul se poate înlocui cu zeamă de lămîie).*

Toate componentele se amestecă împreună și se răstoarnă peste salată în momenul servirii (această metodă se aplică numai la salate verzi).

160. **Sos de muștar**

Pentru 5—6 porții, se pun într-o farfurioară adîncă 50 g muștar, se adaugă, picurînd, 3 linguri de ulei, se amestecă bine și la urmă se adaugă 1—2 linguri de oțet sau zeamă de lămîie, o lingură de apă, sare și piper pisat după gust.

161. **Sos cu gălbenușuri fierte**

2—3 gălbenușuri fierte se zdrobesc și se freacă cu o linguriță de muștar, se adaugă 3 linguri de ulei, 2 linguri de apă, 2 linguri de oțet, sare și piper pisat, după gust.

Se poate adăuga și tarhon opărit și tocat mărunt sau ceapă verde tăiată mărunt.

162. **Sos à la grec**

Pentru 300 g sos: *100 ml ulei, 150 ml sifon, zeamă de lămîie (de la o lămîie), 1 legătură pătrunjel verde, piper, sare.*

Se toarnă uleiul într-un castron, se adaugă pătrunjel tocat, piper, sare, zeama de lămîie și sifonul. Se bate cu telul sau cu furculița pînă se omogenizează.

Sosul trebuie să fie picant și acrișor. Se servește la salate de legume.

163. **Sos vinegretă**

Pentru 300 g sos: *100 ml ulei, 3-4 ouă fierte, 1 legătură pătrunjel verde, 50 g muștar, oțet, piper și sare după gust.*

Ouăle fierte și tocate mărunt se amestecă bine cu ulei, pătrunjel verde tocat, oțet, piper, sare.

164. **Sos picant pentru salată**

100 ml ulei, 50 g muștar, 2 linguri oțet, piper, sare, 3-4 căței de usturoi.

Într-un castron, se amestecă muștarul cu uleiul care se toarnă cîte puțin. Se subțiază cu oțet, se adaugă usturoiul pisat și se potrivește după gust de sare și de piper.

Se folosește la salate de roșii, castraveți, salată verde, salată de țelină etc.

165. **Sos de smîntînă cu muștar**

200 g smîntînă, 60 g muștar, sare, zeamă de lămîie.

Se amestecă într-un castron smîntîna, muștarul, zeamă de lămîie și sare după gust. Se folosește la salatele de andive, țelină, conopidă etc.

166. **Sos de smîntînă cu hrean**

200 g smîntînă, 1 linguriță de muștar, 2 linguri de hrean ras, zeamă de lămîie, piper, sare.

Toate componentele se amestecă într-un castron, cu grijă, și se potrivește sosul la gust cu zeamă de lămîie, sare și piper.

Se folosește la salate de legume și la ouă fierte.

167. **Sos scordolea**

Pentru 600 g sos: *200 ml ulei, 1 căpățînă usturoi, 200 g miez de nucă, 200 g miez de franzelă, 1 lămîie, piper, sare.*

Se pisează usturoiul, se adaugă miezul de franzelă înmuiat în lapte și bine stors, apoi miezul de nucă măcinat. Se amestecă și la fel ca la maioneză, se adaugă cîte puțin ulei. Se potrivește sosul la gust cu zeamă de lămîie, piper și sare. Sosul trebuie să fie legat ca o maioneză. Se servește la ouă fierte sau ca aperitiv.

168. **Maioneză**

3 gălbenușuri, 300 ml ulei, 2 linguri zeamă de lămîie sau sare de lămîie dizolvată în puțină apă, o jumătate lingură de muștar, sare.

Se pun într-un castron gălbenușurile crude și muștarul, se presară cu puțină sare cernută și se amestecă cu telul, picurîndu-se la început cîte puțin ulei, iar după ce s-a obținut consistența de maioneză se stropește cu cîteva picături de apă rece. Se continuă să se toarne ulei, cu intermitență, sub forma unei șuvițe subțiri. După ce s-a terminat uleiul se adaugă, după gust, zeamă sau sare de lămîie și se mai adaugă apă rece, atît cît primește maioneza ca să nu iasă prea subțire.

Dacă se întîmplă să se taie maioneza, atunci se ia un gălbenuș crud sau fiert (care se dă prin sită) și se freacă separat într-un castron sau într-o farfurie adîncă, cu puțină sare fină și 1/2 linguriță de muștar, dupa care se adaugă cîte puțin din maioneza tăiată.

De reținut este faptul că se recomandă să se folosească sare de lămîie în soluție concentrată, aceasta legînd mai bine maioneza. Zeama de lămîie se poate adăuga la urmă în maioneza gata preparată.

Ouăle trebuie să fie cît mai proaspete, iar uleiul trebuie să aibă temperatura camerei. Pînă la întrebuințare, maioneza se păstrează în frigider, altfel se lasă (se taie) și iese uleiul deasupra. Maioneza tăiată se mai poate drege și cu apă. Se pune într-un castron 1/2 lingură din maioneza tăiată peste care se picură apă și, amestecînd tot timpul repede, se adaugă mereu cîte puțin din maioneza tăiată și cîte o picătură de apă. Cînd s-a legat, se adaugă restul de maioneză.

169. **Sos de maioneză, cremă**

200 g maioneză, 100 g frișcă fără zahăr, sare.

În maioneză se adaugă frișcă bătută fără zahăr, sare și, după gust, piper și zeamă de lămîie, apoi se amestecă. Sosul rezultat se folosește la unele legume fierte (sparanghel, conopidă) și la ouă fierte tari.

170. **Sos ravigot (ravigote)**

200 g maioneză, 100 g castraveți murați, 60 g ceapă, 1 legătură de pătrunjel verde și cîteva ramuri de tarhon.

Castraveții murați se curăță de coajă și de semințe, se toacă cît mai mărunt și se storc de zeamă. Ceapa se taie foarte mărunt, iar de la tarhon și pătrunjel se aleg numai frunze proapete, nevestejite și se toacă mărunt. Toate aceste ingrediente se pun în maioneză și se amestecă împreună. Sosul obținut se ține pînă la servire în frigider, Se folosește la legume fierte și la ouă fierte tari.

171. **Sos tartar**

150 ml ulei, 3 gălbenușuri, 30 g muștar, 1 legătură de pătrunjel verde, sare, piper, oțet.

Se pun într-un castron gălbenușurile fierte și date prin sită. Se adaugă muștar, piper, sare și se amestecă, adăugînd, ca la maioneză, uleiul puțin cîte puțin. La sfîrșit se adaugă, după gust, oțet, sare, piper și pătrunjel tocat.

Se servește la salate de legume, salată verde și la ouă fierte tari.

172. **Sos de maioneză picant (remulad)**

200 g maioneză, 100 g castraveciori, 30 g muștar, 1 legătură de pătrunjel verde, 2-3 ouă fierte, cîteva fire de tarhon, 50 g capere, oțet, piper sare.

Castraveciorii murați se curăță de coajă și de semințe, se toacă mărunt, se scurg de zeamă și se pun în maioneză. Se taie mărunt tarhonul, pătrunjelul verde, caperele și ouăle fierte tari și se pun, de asemenea, în maioneză, după care se adaugă, după gust, piper, oțet, sare și se amestecă bine. Se poate adăuga puțin sifon, după cum se dorește ca sosul să fie mai mult sau mai puțin dens. În loc de sifon se pot folosi 2—3 linguri de smîntînă. Se servește la salate de legume și la ouă fierte.

173. **Sos de maioneză verde**

200 g maioneză, 50 g spanac, 30 g tarhon, 1 legătură de pătrunjel verde, piper, sare, zeamă de lămîie după gust.

Se aleg frunzele cele mai fragede de spanac, tarhon și de pătrunjel verde (în loc de tarhon se pot pune foi de ceapă verde sau și una și alta). Se spală și se pun la fiert în 1,5 l apă fiartă cu sare. Se fierb 4—5 min, apoi se strecoară, se răcesc cu apă rece și se lasă într-o sită să se scurgă bine de apă, după care frunzele scurse se trec prin sită deasă. Piureul obținut se amestecă cu maioneza și se potrivește la gust cu sare, piper și zeamă de lămîie.

174. **Sos alb**

Pentru 6 persoane: *50 g făină, 30 g unt, 500 ml lapte, sare.*

Sosurile albe, pe bază de făină, nu se prăjesc ci se călesc ușor pe marginea plitei sau pe discul pus pe ochiul de aragaz, la foc potrivit, amestecîndu-se tot timpul pînă cînd făina se încorporează în unt și începe să capete culoare ușor gălbuie. Se stinge cu lapte, sau cu apă fiartă, și apoi se adaugă sare. Se folosește la soteuri de legume etc.

175. **Sos Béchamel**

Sosul Béchamel se prepară la fel ca în rețeta precedentă cu deosebirea că se folosesc 100—150 g făină, 80—100 g unt și 500 ml lapte pentru ca sosul să iasă gros. Sosul Béchamel (sos gros) se folosește pentru crochete, budinci, sufleuri și diferite umpluturi. El trebuie să fie foarte gros ca să poată lega alimentul de bază.

176. **Sos alb cu smîntînă**

30 g unt, 50 g făină, 500 ml lichid (apă, supă sau lapte), 200 g smîntînă, piper, nucșoară, sare.

Se încălzește untul, se adaugă făina și se călește pe marginea plitei, amestecînd mereu pînă ce făina se îngălbenește ușor. Se stinge cu lichid fierbinte turnîndu-se cîte puțin și se amestecă repede cu telul ca să nu se formeze cocoloașe și să nu se prindă de fundul vasului, evitînd astfel strecurarea sosului. Se adaugă amîntîna, nucșoara rasă și se potrivește la gust de piper și sare.

Toate sosurile albe se servesc la diferite preparate de legume, făinoase, orez și ouă, după cum se va indica la fiecare rețetă în parte.

177. **Sos alb cu ciuperci**

La sosul rețetei anterioare se adaugă 200 g ciuperci.

Ciupercile poaspete se spală bine, se curăță, se taie în felii foarte subțiri și se călesc cu 30 g unt. Se adaugă în sos și se mai fierb împreună 3—5 min. Se servește la aceleași preparate ca și în rețeta precedentă.

178. **Sos de lămîie cu smîntînă**

50 g unt, 50 g făină, 50 g ceapă, 50 g țelină, 60 g lămîie, 150 g smîntînă, sare.

Țelina și ceapa se taie subțire și se călesc ușor în unt, se adaugă făina, călindu-se împreună 1—2 min, după care se sting cu apă caldă. Se amestecă bine și se lasă să fiarbă 5—6 min, după care se strecoară. În so-

sul obținut se adugă smîntînă, zeamă de lămîie, sare, după gust, și se mai dă o dată în fiert.

179. **Sos suprem vegetarian**

50 g unt, 50 g făină, 200 g frișcă sau smîntînă, 4 gălbenușuri, 200-300 ml lichid (apă sau lapte), piper, sare, zeamă de lămîie.

Se încălzește untul, se adaugă făina și se amestecă pînă se îngălbenește ușor, apoi se stinge cu lichid și se lasă să fiarbă puțin. Se ia la o parte de pe foc, se adaugă frișca sau smîntîna și gălbenușurile frecate în prealabil și amestecate cu puțin sos. Se adaugă în sos, după gust, sare, piper și zeamă de lămîie. Se servește la preparate de legume, orez și la ouă.

180. **Sos suprem cu supă de pasăre**

Pentru 500 g sos: *50 g unt, 300 ml supă de pasăre, 100 g frișcă, sau smîntînă, 2-3 gălbenușuri, praf de nucșoară, piper, sare.*

Se încălzește untul într-un vas, se adaugă făina și se amestecă pînă se îngălbenește ușor, se stinge cu supă de pasăre și se lasă să fiarbă puțin. Se ia vasul la o parte de pe foc, se adaugă frișca sau smîntîna încălzită bine și se amestecă cu gălbenușurile frecate în prealabil cu puțin sos. Se adaugă în sos, după gust, piper, nucșoară și sare. După ce sosul este gata, nu se mai lasă pe foc și nici la temeperatură mare, ca să nu se taie.

Înainte de a se servi la masă, în sos se poate adăuga și zeamă de lămîie.

Se servește la cele mai fine preparate de pasăre, pește, legume (anghinare, conopidă sparanghel, morcovi), orez, făinoase, după cum se va indica la respectivele rețete.

181. **Sos suprem cu caşcaval**

Modul de preparare este asemănător rețetei anterioare, cu deosebirea că se mai adaugă în sos și cașcaval sau șvaițer ras pe răzătoare cu găuri mărunte. Cașcavalul se amestecă cîte puțin în sosul fierbinte, fără a se pune la fiert.

Se servește la preparate de legume (anghinare, conopidă, sparanghel, morcovi), orez, făinoase etc.

182. **Sos pentru gratinat (rumenit)**

50 g unt, 60 g făină, 300 ml lapte sau apă, 100 g cașcaval sau brînză uscată, 2-3 gălbenușuri, sare.

Se topește untul, se adaugă făina, se amestecă pînă capătă o culoare aurie, se stinge cu lapte și se lasă să fiarbă 5—6 min. Se ia apoi vasul de pe foc, se adaugă gălbenușurile și se amestecă bine. Acest sos se folosește la budinci, sufleuri și la diferite umpluturi care se gratinează.

Modul de întrebuințare a sosului. Se folosesc vase cu rama joasă, tăvi sau căpăcele, care se ung cu unt și se umplu cu legumele fierte dorite (cartofi, conopidă, varză de Bruxelles etc). Se acoperă cu sos și se presară cu cașcaval ras sau cu altă brînză rasă. Se introduce la cuptor pentru a se rumeni (gratina). Se servește cald și stropit cu unt. (O parte din cașcaval se poate pune în compoziția de sos).

183. **Sos alb picant cu tarhon**

300 g sos alb (v. rețeta 174), 50 g unt, 4 gălbenușuri, 50 g ceapă, 60 ml oțet, 1 legătură tarhon, 1/2 legătură pătrunjel verde, 100 boabe piper, 1 foaie de dafin, sare, piper pisat, muștar, zeamă de lămîie.

Se taie ceapa și împreună cu pătrunjelul, tarhonul, piperul boabe, sarea, foaia de dafin, oțetul și 1/2 pahar de apă se pun la fiert într-un vas acoperit, la foc iute. După ce a fiert 5—6 min, se strecoară sosul obținut peste sosul alb fierbinte, apoi se încorporează untul și gălbenușurile unul cîte unul. După gust, se mai pot adăuga: piper pisat, nucșoară, muștar, zeamă de lămîie, frunze de tarhon tocat și sare.

Nu se mai dă sosul în fiert. Se servește ca și celelalte sosuri, la diferite preparate de legume.

184. **Sos olandez**

200 g unt, 3-4 gălbenușuri, 1 lingură de zeamă de lămîie, sare.

Gălbenușurile se amestecă cu 1—2 linguri de apă și cu puțină zeamă de lămîie (restul de zeamă de lămîie se păstrează). Se pune vasul pe foc și conținutul se bate foarte repede cu un tel, pînă se îngroașă. Se retrage vasul pe marginea mașinii de gătit și se adaugă puțin cîte puțin untul topit, călduț, scurs de zer și de spumă. Se adaugă, după gust, zeama de lămîie păstrată și sare.

Se servește la legume fierte și la ouă fierte. Se prepară cu puțin înainte de servire și se ține într-un alt vas cu apă fierbinte.

185. **Sos polonez**

200 g unt, 4 ouă fierte, 1 legătură mărar, 1 lămîie, piper, sare.

În untul topit se adaugă ouăle fierte tari și tocate, mărarul tocat, zeamă de lămîie, piper și sare. Se servește la diferite preparate de legume.

186. **Sos cu unt și pesmet**

200 g unt, 150 g pesmet alb.

Untul se încinge bine, se adaugă pesmet alb cernut și se amestecă foarte repede, iar cînd pesmetul începe să se rumenească, se ia de pe foc și se răstoarnă peste alimentele pentru care sosul a fost destinat.

Se servește la conopidă fiartă, sparanghel, anghinare, varză de Bruxelles, toate fierte în prealabil. Dacă sosul este pregătit pentru găluști cu prune sau macaroane cu nuci, se mai adaugă și 50—100 g zahăr și un praf de scorțișoară la urmă, cînd pesmetul este luat de pe foc.

187. **Sos de ciuperci uscate**

30-40 g ciuperci uscate, 50 g unt, 20 g făină, 1 ceapă, 1 rădăcină de pătrunjel, 1 foaie de dafin, sare, pătrunjel verde.

Se spală ciupercile în apă rece de cîteva ori și se lasă să se înmoaie 1 oră, după care se fierb în 800 ml apă; se adaugă ceapa crestată, rădăcina de pătrunjel, foaia de dafin, puțină sare și se fierb acoperit, la foc potrivit, pînă scade lichidul la jumătate. Apoi, se scoate rădăcina de pătrun-

jel și ceapa și se strecoară. Zeama se întrebuințează la prepararea sosului.

Făina se călește cu unt și cînd s-a rumenit puțin se stinge cu zeama de ciuperci și se lasă să fiarbă. Dacă sosul are cocoloașe, se strecoară, apoi se adaugă ciupercile tocate, piper pisat, sare, după gust și se mai lasă să fiarbă pînă scade zeama pentru a rămîne sosul potrivit de legat (de gros).

Sosul de ciuperci se servește la crochete, chifteluțe de cartofi, orez etc.

188. **Sos cu mujdei de usturoi**

O căpățînă de usturoi se pisează cu puțină sare. Cînd s-a pisat bine usturoiul se adaugă apă rece și, după gust, ulei și oțet.

Se servește la fasole verde, la salată verde etc.

189. **Sos de hrean natur**

1-2 bucăți hrean, 50-100 ml oțet, zahăr, sare.

Hreanul curățat se rade într-un castron acoperit, adăugînd oțetul, eventual zahăr și sare după gust.

Se servește la salate de sfeclă și la cartofi fierți fierbinți.

190. **Sos de hrean cu smîntînă**

50 g unt, 1 lingură de făină, 200 g smîntînă, 1-2 bucăți hrean, 300 ml lichid (apă sau zeamă de la zarzavat fiert), oțet, 1/2 foaie de dafin, piper, sare.

Se încălzește untul într-un vas și se adaugă făina. Se călește 2—3 min, după care se stinge cu apă sau zeamă de zarzavat, se lasă să fiarbă, apoi se adaugă hreanul ras și împreună se mai fierb 20—30 min. Se adaugă apoi smîntîna, foaia de dafin, eventual zahăr, oțet, piper, sare după gust și se lasă să fiarbă încă 5—10 min.

(Sosul este mai plăcut la gust dacă hreanul ras se înăbușă separat în 2—3 linguri de supă și o lingură de unt și după aceea se adaugă la sosul format).

191. **Sos de tarhon cu smîntînă**

50 g unt, 50 g făină, 2-3 linguri oțet, 200 g smîntînă, 200 ml apă, 1 legătură tarhon, sare.

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă cu deosebirea că se înlocuiește hreanul cu tarhon (frunze alese și tocate). Sosul este mai plăcut la gust dacă tarhonul se opărește înainte de a se pune în sos.

192. **Sos de măcriș**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că se înlocuiește tarhonul cu măcriș, care fiind amărui se opărește mai întîi în apă fiartă, după care se trece repede prin apă rece. Măcrișul opărit se toacă, se pune în sos și se fierbe 5—6 min. În felul acesta, măcrișul își păstrează culoarea frumoasă verde și nu mai este amărui. Se poate adăuga puțin zahăr, după gust. Se servește la chifteluțe de cartofi etc.

193. **Sos de mărar**

50 g unt, 1 lingură de făină, 300-400 ml lapte, 1-2 legături mărar, sare.

Se încălzește untul, se adaugă făina și se amestecă pînă se îngălbenește ușor, apoi se stinge cu lapte călduț și se lasă să fiarbă puțin. Se adaugă mărar fraged și ales în fire subțiri tăiate în bucățele de 2—3 mm. Se adaugă în sos sare după gust, și se fierbe 5—6 min. La urmă se pot adăuga 2—3 linguri de smîntînă sau și 1—2 gălbenușuri.

194. **Sos de castraveți murați**

50 g unt sau 50 ml ulei, 50 g făină, 200 g smîntînă, 500 g castraveți murați, 1 foaie de dafin, 1 legătură de mărar.

Se prepară un sos alb cu ulei și făină, se stinge cu apă și se adaugă castraveții curățați de coajă și semințe, tăiați mărunt, și foaia de dafin, după care se lasă să fiarbă încet 1 oră. Se servește la unele preparate de cartofi presărat cu mărar. (După preferință se poate adăuga în sos și smîntînă).

195. **Sos alb dietetic**

50 g unt, 50 g făină, 400 ml lapte sau zeamă de legume, sare.

Făina se pune la uscat într-o tigaie, pe mașina de gătit sau în cuptorul cu ușa deschisă, amestecîndu-se tot timpul, pînă ce capătă o culoare gălbuie-aurie. Apoi se dizolvă cu lapte sau cu zeamă de la legumele fierte, se amestecă bine și se lasă să dea în fiert 2—3 min. Se potrivește de sare, se strecoară în alt vas, se adaugă untul și după preferință zeamă de lămîie, gălbenușuri, sau o lingură de smîntînă.

Zeama de legume se prepară astfel: se pun la fiert 1—2 cepe, 1 morcov, 1 rădăcină de pătrunjel, 1/2 țelină — toate tăiate în felii — și puțină sare. Se fierb 1 oră, după care se strecoară zeama folosindu-se la stins (dizolvat) făina pentru sos. Legumele fierte se pot trece prin sită, iar piureul obținut poate înlocui făina la sos.

196. **Sos de ceapă dietetic**

50 g unt, 50 g făină, 400 ml lapte sau zeamă de legume, 200 g ceapă, sare.

Ceapa se curăță, se taie foarte mărunt și se pune la fiert cu puțină apă și unt, într-un vas cu capac, pentru a se înăbuși și a se înmuia bine. Între timp se usucă făina fără unt (așa cum s-a arătat în rețeta precedentă), se dizolvă cu lapte și se toarnă peste ceapă. Se potrivește sosul de sare, se poate adăuga zeamă de lămîie după plac și se lasă să dea în fiert 2—5 min.

Acest sos se folosește la preparate din cartofi, paste făinoase și la cele din orez.

197. **Sos tomat natural**

1 kg de roșii, 30 g unt, 1 legătură de pătrunjel, 1 ceapă, zahăr și sare după gust.

Roșiile, spălate și tăiate bucăți, se fierb 1 oră împreună cu ceapa, pătrunjelul și apa necesară (300 ml). Apoi se strecoară, se adaugă unt, zahăr și sare după gust și se lasă să fiarbă 5—6 min. Sosul se amestecă mereu, fiindcă altfel piureul rezultat din roșii se depune la fund. Se servește la diferite preparate din legume și făinoase.

198. **Sos tomat îngroșat**

1 kg de roșii sau 100 g bulion de roșii, 50 g unt, 25 g făină, 60 g ceapă, 50 g morcovi, 1/2 țelină, 10 g zahăr, sare.

Legumele tăiate în felii subțiri se călesc în unt, se adaugă făina (uscată ca în rețeta 195), dizolvată cu puțină apă, se mai adaugă bulionul sau roșiile fierte, strecurate și, dacă este nevoie, se mai adaugă apă caldă, cît se dorește sosul de gros. Se mai fierb împreună 1 oră, după care se strecoară. Se potrivește la gust cu zahăr și sare.

199. **Sos tomat picant**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, adăugîndu-se în plus cîteva boabe de piper și 1 foaie de dafin care se călesc împreună cu legumele. La urmă se adaugă 100 ml de vin roșu și se mai dă sosul o dată în fiert. Acest sos se servește la preparatele făinoase, la cele de orez și la șnițele de legume.

200. **Sos tomat cu ciuperci**

200 g ciuperci proaspete, 100 g ceapă, 60 ml ulei sau 60 g unt, 1/2 lingură de făină, 50 g bulion de roșii, sare, piper.

Ceapa, tăiată foarte mărunt, se călește în ulei pînă se colorează puțin, apoi se pun ciupercile tăiate felii foarte subțiri și se călesc la foc mic, pînă scade zeama lăsată de ele. Se adaugă făina, bulionul și se stinge cu atîta apă cît să se obțină un sos potrivit de gros. Apoi se potrivește la gust cu piper și sare și se mai fierbe 2—3 min, amestecîndu-se tot timpul. Se servește la pilaf de orez și la piure de cartofi.

201. **Sos de roșii portughez**

1 kg roșii, 60 ml ulei, 2-3 ardei grași, 1 căpățînă usturoi, 100 ml vin, piper, sare.

Se taie usturoiul și ardeii grași în bucăți mici și se călesc ușor în ulei să se coloreze. Se adaugă imediat roșiile curățate de pieliță și semințe și se înăbușă 10—15 min, apoi se adaugă vinul și, după gust, sare și piper. Se servește la diferite preparate, ca și celelalte sosuri.

202. **Sos brun de legume**

60 ml ulei, 50 g făină, 400 g legume (ceapă, morcovi, rădăcină de pătrunjel și țelină), 50 g bulion de roșii, 1 foaie de dafin, 10 boabe de piper, 1 fir de cimbru, sare.

Legumele tăiate felii subțiri se călesc ușor în ulei, după care se adaugă făina, bulionul de roșii, mirodeniile și se stinge cu apă. În continuare se lasă să fiarbă 1 oră, se curăță de spumă și se potrivește de sare,

apoi se trece totul prin sită, în afară de cimbru și foaia de dafin. Culoarea brună a sosului se ajustează cu caramel.

Acest sos brun se întrebuințează la prepararea diferitelor sosuri și mîncăruri.

203. **Sos brun de oase și legume (sos de bază)**

Pentru 1 kg de sos: *circa 1 kg de oase, 1 ceapă, 1 lingură de bulion, 100 g morcovi, 1 țelină, 1 rădăcină de pătrunjel, 60 g făină, 100 g untură, sare iar ca mirodenii: usturoi, cimbru, 1 foaie de dafin.*

Oasele se sparg și se pun într-o tavă la cuptor, fără grăsime, pînă se rumenesc. Apoi se scot din tavă, se pun într-o oală, se toarnă 2 litri de apă clocotită și se fierb pe foc lent pînă ce zeama scade la jumătate, după care se strecoară și cu ea se stinge sosul.

Între timp, legumele se curăță, se spală, se taie în felii și se pun la prăjit într-o cratiță cu untură încinsă, pînă se rumenesc puțin, după care se adaugă făina uscată în prealabil la cuptor (fără grăsime), pînă căpătă o culoare aurie și apoi se stinge cu supa de oase preparată în prealabil. Se adaugă apoi bulionul și toate mirodeniile (condimentele), se lasă să fiarbă 1 oră, amestecîndu-se continuu și luînd spuma, după care se potrivește de sare și de lichid și se strecoară.

Sosul brun se folosește la diverse mîncăruri de carne sau de legume.

204. **Sos brun sau sos roșu, stins cu supă de oase**

Se prepară la fel ca sosul din rețeta precedentă, cu deosebirea că oasele, în loc să se prăjească, se pun la fiert timp de 2—3 ore. Supa obținută se folosește pentru stins componentele din care se prepară sosul. Dacă dorim un sos roșu, la acestea se adaugă puțină boia roșie și bulion de roșii sau suc de roșii. La urmă se strecoară și se adaugă puțin unt proaspăt.

205. **Sos de legume fără făină**

100 g morcovi, 100 g ceapă, 50 g țelină, 1 căpățînă usturoi, 2 rădăcini pătrunjel, 100 g cartofi, 1 fir de cimbru, 10 boabe de piper, 1 foaie de dafin, 50 g bulion de roșii sau 500 g roșii, 75 ml ulei, 1200 ml apă.

Se curăță legumele, se taie felii foarte subțiri și se înăbușă pînă se rumenesc puțin. Se adaugă bulionul de roșii sau roșiile și se mai înăbușă 5—10 min, după care se stinge cu apă caldă și se lasă să fiarbă circa 30 min, adăugînd piperul, foaia de dafin, cimbrul și sare după gust. Legumele fierte se pasează prin sită împreună cu lichidul care a mai rămas. Dacă sosul este prea subțire, se mai lasă să fiarbă pînă scade cît trebuie.

Acest sos poate fi servit la diverse preparate de legume, orez, făinoase și pește.

206. **Sos de roșii dietetic**

600 g roșii, 50 g făină, 30 g zahăr, 30 g unt, sare.

Se înăbușă roșiile în sucul lor și, după ce s-au înmuiat bine, se amestecă cu făină uscată prin călire fără grăsime și dizolvată în zeamă de

legume sau apă caldă, după care se adaugă sare și zahăr după gust. Dacă sosul este prea gros, se potrivește cu apă caldă. După ce sosul a fiert 5—10 min, se strecoară și se mai adaugă untul sau smîntînă, după gust.

Sosul se folosește la diverse preparate de legume, orez și făinoase.

207. **Sos de ceapă fără făină**

150 g ceapă, 50 ml ulei, 200 g cartofi, 2-3 linguri de smîntînă, sare, piper.

Ceapa tăiată mărunt se călește în ulei pînă se rumenește puțin, după care se stinge cu 500 ml de apă, se adaugă cartofii rași pe răzătoarea mică și se lasă să fiarbă pînă se terciuește. Apoi se strecoară trecînd prin sită tot conținutul, se potrivește de sare, piper și se adaugă smîntîna. Se mai fierbe 2—3 min, amestecîndu-se tot timpul.

208. **Sos de mere (fără zahăr)**

4-6 mere, 100 g smîntînă sau 50 g unt, 30 g făină sau 10 g amidon (zeamil).

Merele se spală, se taie în bucăți cu coajă cu tot, se pun într-un vas cu apă (500 ml) și se fierb pînă se terciuiesc, apoi se trec prin sită și în piureul obținut se adaugă făina sau amidonul dizolvat cu puțină apă rece, smîntîna sau untul și după gust zahăr și sare. Se mai lasă să dea totul în fiert, dar fără să dea în clocot.

Se servesc la budinci și la frigănele.

209. **Sos de vișine**

500 g vișine, 100 g smîntînă, 50 g făină, 50 g unt, zahăr, sare.

Se încălzește untul cu făina și, amestecînd pînă se încinge, se stinge cu smîntîna diluată cu puțină apă. Se adaugă vișinele curățate de sîmburi, zahăr și sare după gust și se mai fierb împreună pînă se terciuiesc vișinele. Se strecoară apoi printr-o sită, pasîndu-se cu o lingură de lemn ca să treacă tot miezul vișinelor în sos. Sosul strecurat se mai lasă să dea în fiert fără să clocotească. Dacă sosul este prea gros, se mai adaugă apă caldă și se mai dă într-un clocot.

Acest sos se servește la diferite budinci de orez și la preparate din paste făinoase.

210. **Sos de gutui**

2-3 gutui (500-600 g), 30 g făină, 50 g zahăr, 50 ml ulei, 50 g unt, sare.

Gutuile se rad prin răzătoarea cu găuri mari și se fierb cu apă, cît le acoperă, timp de 20 min. Între timp, separat, se amestecă făina cu zahărul într-o tigaie, pe foc, pînă începe să se caramelizeze, apoi se adaugă uleiul și se stinge cu zeama de la gutui. Se lasă să fiarbă pînă se dizolvă caramelul, după care se adaugă piureul de gutui, untul, zahăr și sare, după gust. Se mai lasă să dea totul în fiert dar fără să clocotească. Dacă sosul este prea gros, se poate adăuga puțin vin sau zeamă de fructe. Sosul se servește la preparate din cartofi, făinoase, budinci etc.

211. **Sos de coacăze sau de agrișe**

200–300 g coacăze sau agrișe, 100 g smîntînă, 30 g făină, 300–400 ml apă, zahăr, sare.

Coacăzele curățate de codițe se pun la fiert cu apă, timp de 15—20 min. Între timp, se amestecă separat, într-o cratiță, smîntîna, zahărul și făina dizolvată cu zeamă fiartă de la coacăze. După ce sosul s-a omogenizat, se adaugă piureul obținut din coacăze și, pentru ca sosul să nu fie prea gros, se mai adaugă apă caldă. Se potrivește la gust de zahăr, sare și se mai dă totul în fiert. Se folosește ca și sosurile anterioare.

4. *PREPARATE DIN OUĂ*

În hrana omului, mai ales în cazul meniului vegetarian, ouăle sînt componentele de bază, atît din punct de vedere al gustului, cît și al saţietăţii. Unele preparate din ouă sînt simple, ușor de pregătit, uneori chiar numai în cîteva minute, ca de exemplu: ouă fierte, ouă ochiuri, ochiuri la capac sau fierte în apă (românești), scrob, omlete, sufleuri, budinci, clătite și alte preparate cu legume, fructe, făinoase și brînzeturi.

Pentru reușita preparatelor este foarte important ca ouăle să fie cît mai proaspete. Prospeţimea ouălor se poate constata prin clătinare; dacă se clatină în interior înseamnă că oul este stătut. Ouăle proaspete au coaja transparentă și poroasă și sînt puţin mai grele decît cele vechi care au coaja lucioasă și sînt puţin mai ușoare.

Ouăle nu se sparg direct peste preparat. Fiecare ou se sparge separat pe o farfurioasă și numai după ce se constată că este proaspăt se toarnă peste celelalte. Dacă la oul spart albușul se revarsă și nu se ţine de gălbenuș, sau și gălbenușul se revarsă, înseamnă că oul este vechi. Din astfel de ouă nu se pot pregăti ochiuri, iar albușul nu poate fi bătut spumă. Ouăle pentru fiert trebuie să fie cît mai proaspete, și scoase din timp din frigider, altfel vor crăpa la fiert.

4.1. PREPARATE DIN OUĂ SERVITE RECI

212. **Ouă cu maioneză — salată**

Pentru 6 porţii: *6 ouă, 300 g maioneză, 30 g muștar, 100 g ceapă, 1 legătură de tarhon sau pătrunjel verde, 2-3 legături de ridichi de lună, piper, sare (pentru maioneză vezi reţeta 168).*

Ouăle se fierb tari, se curăţă de coajă, se taie în felii și se suprapun intercalate cu felii de ceapă, rondele de ridichi și cu maioneză în care s-a pus: tarhon sau pătrunjel verde tocat mărunt, piper și sare, după gust.

213. **Ouă cu maioneză**

Ouăle se fierb tari, se curăţă de coajă și se taie pe lungime în două., apoi se taie partea de jos, bombată, pentru ca jumătăţile de ou să stea drept. Se așază pe un platou și se ornează cu maioneză cu ajutorul unui cornet cu șpriţ. Deasupra se ornează cu puncte sau cu cerculeţe mici tăiate din ridiche roșie sau ardei gras, iar de jur-împrejur se pun foi de salată verde. (Pentru maioneză vezi reţeta 168).

214. **Ouă pe salată de legume (á la rus)**

Pentru 6 porţii: *1 kg salată de legume, 6 ouă, 300 g maioneză.*

Salata se prepară ca în reţeta 116, iar maioneza ca în reţeta 168. Pe un platou dreptunghiular se formează un postament de salată. Se pun deasupra ouă fierte, întregi sau jumătăţi, pe două rînduri sau într-un singur rînd. Spaţiile dintre ouă şi pe marginea postamentului de salată se modelează cu maioneză. Se taie apoi puţin din vîrful bombat al fiecărui ou întreg, după care tot cu maioneză se face cîte o steluţă şi se ornează cu puncte sau cerculeţe decupate din ridiche roşie sau din gogoşar roşu şi cu cîte o frunză de pătrunjel.

215. **Ouă umplute cu brînză telemea**

6 ouă, 200 g brînză, 100 g unt, 1-2 linguri de smîntînă, cîteva frunze de salată verde.

Se fierb ouăle tari, se taie în jumătăţi pe lungime şi se scot gălbenuşurile. Gălbenuşurile se trec împreună cu brînza prin sită şi se amestecă cu untul moale, apoi se adaugă (dacă pasta este prea groasă) smîntînă şi se potriveşte la gust cu sare. Se pot adăuga: mărar tocat, boia sau puţin chimen pisat. Cu pasta astfel preparată se umplu albuşurile golite şi se aşază pe platou peste frunze de salată verde. Ouăle umplute se ornează cu felii de măsline sau cu rondele de ridiche roşie şi cu cîte o frunzuliţă de pătrunjel verde.

216. **Ouă umplute cu brînză de vaci**

6 ouă, 300 g brînză de vaci bine scursă, 2-3 linguri de smîntînă groasă, 2-3 linguri de ceapă verde fragedă tocată foarte mărunt, sare, boia.

Oăle fierte se taie în jumătăţi pe lungime, se scot gălbenuşurile care împreună cu brînza de vaci se trec prin sită. Se adaugă ceapa verde tocată, smîntîna, sare şi boia după gust şi se amestecă bine, pînă se formează o pastă omogenă cu care se umplu albuşurile care se garnisesc la fel ca în reţeta anterioară.

217. **Ouă umplute (ciupercuţe)**

6 ouă, 600 g salată de legume (v, reţeta 116), 150 g maioneză, 50 g muştar, 2 linguri de ulei, 1 castravecior murat, cîteva foi de salată verde, sare, piper, 6 roşii mici.

Se fierb ouăle tari şi se curăţă de coajă. Din partea bombată se taie puţin, astfel ca oul să stea în picioare şi tot pe aceeaşi parte se scobeşte pînă se scoate tot gălbenuşul. Se lucrează cu mare atenţie, pentru ca să nu se sfărîme albuşul. Gălbenuşurile sfărîmate se pun într-un castron, se adaugă castraveciorul dat prin răzătoare fină sau tăiat foarte mărunt, piper, muştar, sare, ulei şi se amestecă bine. Cu compoziţia obţinută se umplu albuşurile. Salata de legume se aşază pe un platou în formă de cerc peste care se aşază ouăle umplute, în poziţia în picioare. Deasupra fiecărui ou se fixează un capac tăiat dintr-o roşie mică. Dacă aceasta alunecă, se taie puţin vîrful oului şi se lipeşte căpăcelul cu maioneză, obţinîndu-se forma unei ciuperci. Pentru aspect decorativ se picură pe suprafaţa roşiilor, dintr-un cornet de celofan, picături de unt. Printre ouă se pun foi de

salată verde tăiate mărunt. Astfel aranjate, oăle au aspectul unor ciperci. Se servesc cu maioneză (vezi reţeta 168).

218. **Ouă cu roşii (coşuleţe)**

3 ouă, 6 roşii, 200 g maioneză, 600 g salata de legume (v. reţeta 116), cîteva foi de salată verde sau crenguţe de pătrunjel verde.

Se aleg roşii rotunde şi bine coapte, se spală, se şterg şi se taie, în partea codiţei, un sfert din fiecare roşie. Se scobeşte aproape tot miezul roşiilor, se lasă puţin să se scurgă de zeamă, după care se umplu cu salată, iar peste umplutura de salată se pune cîte o jumătate de ou tăiat pe margine în formă zigzag (sub forma unui nufăr). Deasupra jumătăţilor de ouă şi de jur-împrejur se modelează şprituind cu maioneză. După ce se aşază ouăle pe platou, printre ele se pun foi de salată verde, ca decor.

219. **Ouă umplute cu pastă de ciuperci**

6 ouă, 150 g ciuperci, 50 g unt, 1 lingură de pătrunjel verde tocat, sare, piper.

Ouăle fierte tari se taie în două pe lungime, se scot gălbenuşurile şi se umplu cu pastă preparată în felul următor: se fierb ciupercile tăiate feliuţe subţiri, cu puţină sare şi cîteva picături de zeamă de lămîie, în apă cît să le acopere. După ce ciupercile sînt fierte se toacă foarte mărunt. Gălbenuşurile stărîmate se freacă cu untul moale, după care se adaugă ciupercile tocate, verdeaţa tocată, sare şi piper după gust. Cu pasta rezultată se umplu cu vîrf jumătăţile de albuş. Pentru decor, se pot opri 2—3 gălbenuşuri care se dau prin sită direct deasupra ouălor umplute, care se aşază pe un platou rotund garnisit pe marginre cu salată verde.

220. **Ouă cu sos tartar**

8 ouă, 100 ml ulei, 2-3 linguri de vin sau puţin oţet, 50 g muştar, 2-3 legături de ridichi de lună, 1 legătură de mărar, 1 legătură de pătrunjel verde, 100 g ceapă verde sau 2 cepe, sare, piper, cîteva fire de tarhon.

Ouăle se fierb tari, se curăţă de coajă şi se taie în felii (numai cinci ouă, restul de ouă se folosesc la prepararea sosului) şi se aşază în straturi alternative cu rondelele de ridichi, cu ceapa verde sau cu felioare de ceapă tăiate foarte subţire, peste care se toarnă sosul tartar pregătit din restul de ouă.

Prepararea sosului: din ouăle rămase se scot gălbenuşurile, se zdrobesc, se adaugă muştar, vin şi se amestecă cu telul, adăugînd, ca la maioneză, uleiul, puţin cîte puţin, pînă se termină.

La sfîrşit se adaugă mărar, pătrunjel, tarhon, toate tăiate mărunt şi, după gust, sare şi piper. Pentru decor se toacă 2—3 albuşuri, puţină verdeaţă, 2—3 ridichi de lună, se amestecă şi se presară pe deasupra. Astfel garnisite, oăle au un aspect de mozaic.

221. **Ouă „mimoza"**

6 ouă, 150 g maioneză picantă, iar pentru decor: *2-3 ridichi de lună sau cîteva măsline şi pătrunjel verde*

Se fierb ouăle tari, se curăță de coajă, se taie în jumătăți pe lungime și se scot gălbenușurile, iar albușurile se umplu cu maioneză peste care se presară gălbenușurile date prin sită (o parte din gălbenușuri se folosesc la prepararea maionezei), după care se ornează cu cerculețe de ridichi sau cu felioare de măslină și cu frunze mici de pătrunjel.

222. **Ouă surpriză**

6 ouă, 200 g salată de icre preparate, 3-4 măsline.

Se fierb ouăle tari, se curăță de coajă, se taie în jumătăți pe lungime și se așază pe un platou rotund, cu gălbenușul în sus. Peste ele se pun, cu ajutorul unui cornet din pergament prevăzut cu un șpriț la capăt, icre preparate și se decorează cu felii de măsline.

Prepararea icrelor. *50 g icre de crap sau de știucă, 150 ml ulei, sare de lămîie sau suc de lămîie după gust.*

Într-un castron se pun icrele și se amestecă cu un tel, turnînd puțin cîte puțin ulei și amestecînd repede, tot timpul, ca uleiul să nu aibă timp să se strîngă într-un loc. Se mărește treptat cantitatea de ulei stropind între timp cu puțină apă sau sifon. La sfîrșit se adaugă puțină sare de lămîie sau zeamă de lămîie, continuînd amestecatul și stropirea cu apă sau sifon. (v. și rețeta 147).

4.2. PREPARATE DIN OUĂ SERVITE CALDE

223. **Ouă moi**

Pentru ouă moi se folosesc numai ouă foarte proaspete care, ca să nu crape la fiert, trebuie scoase din timp de la frigider. Se pun ouăle în apă clocotită cu puțină sare, se lasa sa fiarba 4—5 min (daca sînt mari 5 min), apoi se scurg de apa în care au fiert și se pun în apă rece, în care se țin 1—2 min, pentru a se decoji mai ușor. Se pot servi și în coajă, în pahare speciale pentru ouă. Oul se așază în pahar cu partea mai îngustă în jos Partea mai rotunjită, avînd sub coajă un gol, se sparge cu o linguriță, se îndepărtează vîrful cojii, formîndu-se o deschizătură prin care se consumă oul cu ajutorul linguriței.

224. **Ouă fierte cleioase**

Se introduc cu grijă ouăle în apă clocotită ca să nu crape coaja și după ce dă iar apa în clocot, se trage vasul imediat de pe foc și se ține acoperit cu un capac 4—5 min.

În ceea ce privește servirea ouălor cleioase, se procedează ca în rețeta anterioară.

225. **Ouă fierte tari**

Se introduc cu grijă ouăle (scoase din timp de la frigider ca să nu crape) în apa clocotită, lăsîndu-le să fiarbă 8—10 min, după care se scurg și, pentru a se decoji mai ușor, se pun în apă rece în care se țin numai cîteva minute. Ouăle fierte nu se lasă să se răcească, complet, deoarece nu se vor curăța bine.

Ouăle fierte tari se servesc la masă curățate de coajă.

226. **Ouă cleioase cu spanac**

6 ouă, 1 kg spanac, 2 linguri unt, 1 pahar lapte, 1/2 lingură făină, zeamă de lămîie, sare și piper după gust.

Se curăță, se spală bine spanacul și se fierbe în apă clocotită cu puțină sare. După 5—6 min de fierbere se scurge bine spanacul de zeamă și se răcește cu apă rece, după care se toacă mărunt. Untul se pune într-o crăticioară, se încălzește, se adaugă făina și se prăjește ușor, se stinge cu lapte și se amestecă pînă dă în fiert, după care se adaugă spanacul. Apoi se potrivește după gust de sare, piper și zeamă de lămîie (cui îi place poate adăuga și puțin usturoi pisat) și se continuă fierberea pînă scade potrivit.

În acest interval de timp se fierb ouă cleioase (v. rețeta 224). Cînd se servește, spanacul se răstoarnă pe platou și se pun ouăle deasupra.

227. **Ouă cleioase cu spanac gratinat**

Spanacul se prepară ca în rețeta precedentă. O parte din spanacul gata preparat se pune într-un vas rezistent la căldură, peste el se așază ouăle cleioase întregi sau tăiate în jumătăți, iar deasupra se pune restul de spanac și se presară cu cașcaval ras. Se intoduc în cuptorul încins ca să se gratineze (rumenească) deasupra.

228. **Ouă moi cu sos alb gratinate**

6 ouă, 50 g făină, 50 g unt, 300 ml lapte, 100 g cașcaval, sare.

Se fierb ouăle moi, se curăță de coajă și se așază într-o tavă unsă cu unt, iar peste ele se toarnă sosul alb care se prepară după cum urmează: se încălzește untul, se presară cu făină, se amestecă 2—3 min, după care se stinge cu laptele călduț, se adaugă în sos jumătate din cașcavalul ras și se potrivește de sare. După ce se răstoarnă sosul peste ouăle din tavă, se presară deasupra cu restul de cașcaval ras și se introduc în cuptor, la foc potrivit, ca să se gratineze.

229. **Ouă moi în sos de roșii**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că în loc de sos alb se folosește sosul tomat (v. rețeta 197).

230. **Ouă cu cartofi piure și sos tomat**

6 ouă, 6 roșii mari, 500 g cartofi, 50 g unt, 100 ml lapte, sare.

Din cartofii fierți, jumătate din unt, lapte și sare se prepară piureul. Între timp se fierb ouă moi și se curăță, iar roșiilor spălate li se taie în partea codiței un căpăcel, pe unde se scobesc de miez, în așa fel încît să nu găurească marginile roșiei, după care se așază cu deschizătura în jos pentru a se scurge zeama. Apoi, roșiile se umplu cu piure de cartofi peste care se așază ouăle și se introduc pentru 10—15 min în cuptor. Se servesc fierbinți, cu sos tomat separat (pentru sosul tomat v. rețeta 197), care se prepară din miezul rămas de la roșii.

231. **Ouă cu ciuperci gratinate**

6 ouă, 200 g ciuperci, 100 g ceapă, 50 g unt, 50 g făină, 50 g cașcaval, piper, sare.

Ciupercile, curățate, spălate și tăiate în felii se fierb în apă cu puțină sare. După ce sînt gata se strecoară și din zeama rămasă se prepară sosul după cum urmează: se taie ceapa mărunt și se călește cu unt, se adaugă făina și se stinge cu zeama de la ciuperci. Se amestecă sosul pînă dă în fiert, apoi se adaugă ciupercile, sare și piper, după gust. O parte din compoziție se pune într-un vas (care rezistă la cuptor), apoi se așază ouăle fierte, întregi sau tăiate în jumătăți, peste care se pune restul de compoziție și deasupra se presară cu caşcaval ras. Se introduc în cuptorul încins potrivit, ca să se gratineze.

232. **Ouă ţărăneşti cu ceapă**

6 ouă, 2 cepe, 2 roșii, 50 ml ulei, piper, sare.

Se fierb ouăle tari, se curăță și se pun deoparte. Ceapa tăiată mărunt se rumenește ușor în ulei, după care se adaugă roșii curățate de pielițe și tăiate în cuburi mici. După ce roșiile s-au încins bine, se adaugă ouăle tăiate în cuburi, sare și piper după gust și se răstoarnă într-o farfurie adîncă. Se servesc fierbinți.

233. **Ouă cu unt şi muştar**

6 ouă, 100 g unt, 50 g muștar, 1/2 lingură de oțet, sare, piper.

Se fierb ouăle tari, se curăță și se taie în sferturi, apoi se pun pe un platou încălzit, iar peste ele se toarnă unt încins stins cu muștar dizolvat în oțet. Se sărează și se piperează după gust.

234. **Ouă aşezate în gogoaşă de cartofi**

6 ouă, 1/2 kg cartofi, 1–2 gălbenușuri, 50 g caşcaval, 30 g unt, sare, 1 lingură făină.

Se curăță cartofii și se pun la fiert în apă clocotită cu puțină sare. Cînd sînt fierți se scurg, se trec prin sită sau se sfărîmă cu telul în vasul în care au fiert. Se adaugă untul topit, gălbenușurile unul cîte unul și făina, sare, caşcavalul ras și se amestecă. Piureul obținut se împarte în 6 porții din care se formează gogoși cărora li se dă apoi forma unei cești de cafea (cu golul la mijloc). Se așază într-o tavă unsă și se introduc în cuptor ca să se usuce și să se rumenească puțin. Se scot apoi de la cuptor și în fiecare ceșcuță de cartofi se toarnă cîte un ou crud, după care se introduc din nou în cuptor ca să se coaguleze ouăle. Se servesc fierbinți, cu sos tomat, după preferință.

235. **Ouă la ceaşcă**

6 ouă, 30 g unt, sare, 100 g smîntînă sau sos tomat.

Se așază cestile într-o tigaie cu puțină apă clocotită. Se pune în fiecare ceașcă cîte puțin unt și deasupra se sparge cîte un ou, apoi se lasă să fiarbă acoperit sau se introduc la cuptor pînă se coagulează. Cînd sînt gata se servesc în cestile în care au fost preparate, peste care se mai pune cîte o linguriță de smîntînă sau sos tomat.

236. **Ouă în chifle**

6 ouă, 6 chifle, 30 g unt, sare, piper.

Se taie vîrful fiecărei chifle, după care se scobesc de miez, cu grijă să nu se rupă coaja. Se ung chiflele pe dinafară și pe dinăuntru cu unt, se pun într-o tavă și se introduc pentru cîteva minute la cuptor. Apoi se toarnă în fiecare chiflă cîte un ou, se sărează, se piperează și se introduc în cuptor pînă se coagulează ouăle. Se servesc fierbinți.

237. **Ouă pane**

6 ouă, 30 g unt, 50 g făină, 1 pahar lapte, 100 g caşcaval sau brînză rasă, sare, piper.

Pentru împănat și prăjit: *ou, făină, pesmet, ulei.*

Din unt, făină și lapte se prepară un sos gros. Ouăle fierte tari se curăță, se taie pe lungime în două și se scot gălbenușurile. Apoi se dau gălbenușurile prin sită și împreună cu caşcavalul ras se amestecă cu sosul, potrivindu-se de sare și piper. Cu acest sos se umplu jumătățile de albuș. Ouăle astfel umplute se dau prin făină, ou bătut și pesmet, după care se prăjesc în ulei încins.

Ca să nu crape la prăjit, ouăle trebuie să fie întoarse mereu pînă se rumenesc.

238. **Ochiuri româneşti**

Pentru o porţie: *2 ouă, unt, sare după gust.*

Într-o cratiță se pune pe foc apă cu puțină sare și oțet. Se lasă să dea apa în clocot,apoi se micșorează focul (flacăra) pentru ca apa să nu fiarbă în clocote mari. Ouăle se sparg cîte unul pe o farfurioară, apoi se dă drumul la cîte un ou, ușor, în apă, în așa fel încît să nu se așeze unul peste altul. Se țin în apă (care trebuie să fiarbă fără clocote) pînă se încheagă albușul, după care se scot cu o spumieră, scurgîndu-se bine de apă și se pun pe o farfurie caldă, sau pe o garnitură pregătită dinainte. Se pot consuma și numai cu unt topit.

239. **Ochiuri româneşti cu mămăligă**

Se pregătește o mămăligă foarte moale care se lasă să stea puțin ca să se întărească;în timpul fiertului, mămăliga se potrivește de sare. Se ia un polonic, se unge cu unt topit și se umple cu circa 60—80 g de mămăligă, care se răstoarnă apoi pe un platou sau pe o farfurie caldă, iar cu dosul polonicului se face o adîncitură în care se așază ochiuri. Se stropesc cu unt topit și se servesc imediat, ca să fie cît mai fierbinți.

240. **Ochiuri româneşti cu mămăligă, la cuptor**

Se prepară o mămăligă moale, care se poate fierbe în lapte dulce în loc de apă, potrivindu-se de sare. Cînd mămăliga este bine fiartă se răstoară pe o tavă unsă cu unt, se netezește deasupra, apoi cu dosul unui polonic înmuiat în unt topit se fac cuiburi în care se toarnă cîte un ou crud. Ouăle se stropesc deasupra cu unt topit și se introduce tava la cuptor unde se lasă pînă începe să se închege albușul. La masă, ochiurile se servesc în vasul în care s-au pregătit, punîndu-se alături smîntînă.

241. **Ochiuri cu piure de cartofi**

6 ouă, 1/2 kg cartofi, 100 g unt, 2-3 linguri de lapte, sare, piper.

Din cartofi fierți, fierbinți, unt și lapte se prepară piureul care se așază într-un vas care se poate ține în cuptor. Apoi se netezește piureul, iar deasupra, cu dosul unui polonic înmuiat în unt topit, se fac adînciturl, în care se sparge cîte un ou după care se stropesc cu puțin unt topit și se introduce vasul în cuptor pînă se încheagă albușul. La masă se servesc în vasul în care s-au pregătit.

242. **Ochiuri cu piure de spanac**

6 ouă, 800 g spanac, 50 g unt, 50 g făină, 1 pahar lapte, sare,piper, zeamă de lămîie.

Se curăță și se spală bine spanacul, se fierbe 5—6 min în apă clocotită cu puțină sare, după care se scurge și se răcește. Din unt, făină și lapte se prepară sosul în care se adaugă spanacul tocat mărunt. Se potrivește de sare, piper și, după gust, se adaugă zeamă de lămîie, apoi se mai amestecă pînă dă în fiert. În momentul servirii, piureul de spanac se răstoarnă pe un platou, așezîndu-se deasupra ochiuri fierte în apă (românești) sau ochiuri prăjite care se stropesc cu puțin unt topit. (Se pot servi și cîte 2 ochiuri de persoană).

243. **Ochiuri cu piure de urzici**

6 ouă, 600 g - 1 kg urzici, 60 g unt, 100 g smîntînă, 50 g făină, 1/4 căpățînă de usturoi, sare.

Urzicile, curățate și spălate în mai multe ape, se fierb cîteva minute în apă clocotită cu puțină sare. După ce se scurg, se trec prin apă rece și se dau prin mașina de tocat sau se toacă foarte mărunt. În jumătate din cantitatea de unt se rumenește foarte puțin făina, după care se adaugă urzicile. Se călesc împreună cîteva minute și se sting cu zeama în care au fiert urzicile, amestecîndu-se pînă dau în fiert. Se adaugă smîntînă, sare și zeama de usturoi, după gust, apoi se mai dă o dată în fiert. În momentul servirii, urzicile se pun pe platou, iar deasupra se așază ochiuri fierte în apă (românești) sau prăjite în unt.

Se servesc calde, cu mămăliguță fierbinte.

244. **Ochiuri cu ceapă**

6 ouă, 200-300 g ceapă, 60 ml ulei, sare, piper.

Ceapa se taie în felii subțiri sau se toacă foarte mărunt și se prăjește cu ulei pînă se rumenește puțin. Între timp se fierb ochiuri (v. rețeta 238). Se pun ochiurile pe platou sau pe o farfurie, cîte două de persoană, și peste ele se pune ceapa prăjită. Se servesc cu mămăliguță fierbinte.

245. **Ochiuri românești cu roșii**

6 ouă, 600 g roșii, 60 g unt, 50 g caşcaval, sare, piper.

Ochiurile se fierb ca în rețeta 238. Roșiile se crestează, se opăresc în apă clocotită în care se scufundă și după cîteva minute se scot cu o spumieră, apoi se curăță de piețițe și de semințe, se taie în cuburi și se scurg de zeamă. Într-o tigaie se pune unt și, după ce s-a încins, se pun roșiile la călit, potrivindu-se mai întîi de sare și piper. Se călesc 2—3 min pe foc

iute, după care se răstoarnă pe un platou încălzit, apoi se așază ochiurile. Înainte de a fi servite se presară cu cașcaval ras.

246. **Ochiuri românești cu orez și roșii**

6 ouă, 200 g orez, 80 ml ulei sau 80 g unt, 4 roșii, sare, piper.

Orezul bine spălat și scurs de apă se înăbușă în ulei sau în unt, după care se stinge cu apă fierbinte (de trei ori mai multă apă decît cantitatea de orez). Se potrivește de sare, piper și se fierbe acoperit pe foc foarte domol, sau se introduce la cuptor pentru 20 min. După ce orezul a fiert se amestecă cu sote de roșii și se mai ține în cuptor 5—6 min. Soteul de roșii se prepară ca în rețeta precedentă, iar ochiurile ca în rețeta 238.

247. **Ochiuri în sos alb, gratinate**

6-12 ouă, 50 g unt, 50 g făină, 1 pahar lapte, 20 g cașcaval, sare.

Din unt, făină și lapte se prepară un sos gros, în care se adaugă jumătate din cașcaval ras, sare după gust și se amestecă. Se prepară ochiuri ca în rețeta 238, se așază într-un vas care rezistă la cuptor, se toarnă sosul peste ele și se presară cu restul de cașcaval ras. Se introduce vasul în cuptor și se ține pînă se va rumeni puțin cașcavalul.

248. **Ochiuri cu smîntînă I**

6-12 ouă, 200-300 g smîntînă, sare.

Se pune smîntînă într-un vas cu pereți scunzi, care rezistă la cuptor. Vasul se lasă pe foc, pînă începe să fiarbă smîntîna, se potrivește de sare și se adaugă ouăle crude, sparte unul cîte unul, după care se introduce în cuptor unde se ține pînă se întărește albușul. La masă, ochiurile se servesc în vasul în care s-au pregătit.

249. **Ochiuri cu smîntînă II**

6 ouă, 200 g smîntînă, 30 g unt, sare, piper.

Se separă albușurile de gălbenușuri, cu multă grijă, pentru ca acestea din urmă să nu se spargă. Se bat albușurile bine, se amestecă cu smîntîna, se adaugă sare și piper și se toarnă într-un vas uns cu unt, cu pereți scunzi și care rezistă la cuptor. Deasupra se pun gălbenușurile și se introduc în cuptor pînă se întărește compoziția puțin, după care se poate servi.

250. **Ochiuri simple la capac**

Pentru o porție: *2 ouă și 10 g unt.*

Se încinge untul sau uleiul, nu prea tare, în căpăcele speciale din inox sau emailate. Untul nu trebuie să fie prea încins căci altfel albșurile formează bășici, se întăresc și se înnegresc. Se sparg ouăle, se prăjesc mai mult sau mai puțin, după gust, și se servesc la masă cu căpăcelele puse pe farfurioare. Dacă se prepară ochiuri din mai multe ouă, atunci se folosește o tigaie mai mare. Se servesc fie simple, fie cu legume sote sau piure, ori cu mămăligă.

251. **Ochiuri moldoveneşti (papară)**

6 ouă, 200 g brînză de oi, 50 g unt, 1 l lapte, 300-400 g mălai, sare.

Se prepară o mămăliguţă (cu lapte în loc de apă) ceva mai moale, se adaugă brînza sfărîmată şi se amestecă bine. Se pune mămăliguţa într-o tavă cu unt, se netezeşte şi cu ajutorul unui polonic cu dosul uns cu unt se fac adîncituri în care se pun ouă crude şi puţin unt, după care tava se introduce în cuptor. Cînd sînt gata se servesc fierbinţi, cu smîntînă separat.

252. **Jumări de ouă (scrob)**

Pentru o persoană: *2 ouă, 15-20 g unt, sare.*

Se pune într-o tigaie unt şi, cînd s-a înfierbîntat, se toarnă ouăle bătute puţin cu o furculiţă. Se sărează, se piperează după gust şi se amestecă 4—5 min, lăsîndu-se moi, după care se pot servi.

253. **Jumări de ouă cu smîntînă**

Pentru 6 persoane: *12 ouă, 100 g unt, 200 g smîntînă, sare, piper.*

Se pune într-o tigaie unt şi cînd începe să se înfierbînte se toarnă ouăle bătute puţin împreună cu smîntîna, sare şi piper. Apoi se amestecă pe foc pînă ce ouăle încep să se coaguleze, fără să se întărească.

254. **Jumări cu caşcaval**

Se prepară la fel ca în reţeta 253, cu singura deosebire că în ouăle bătute se adaugă 1—2 linguri de caşcaval ras. După ce jumările sînt gata se presară pe deasupra cu caşcaval ras.

255. **Jumări cu brînză telemea**

Pentru 6 persoane: *12 ouă, 100 g unt, 200 g brînză, eventual sare.*

Se prepară ca în reţeta precedentă , cu singura deosebire că la ouă se adaugă brînza telemea rasă. În timpul prăjitului se amestecă şi se lasă puţin mai moi.

256. **Jumări cu roşii**

Pentru 6 persoane: *12 ouă, 600 g roşii, 100 g unt, sare, piper, verdeaţă.*

Roşiile se curăţă de pieliţe, se taie în cuburi, se îndepărtează seminţele şi se scurg de seamă. Se călesc apoi cu unt la foc iute, 5—6 min, după care se adaugă ouăle bătute puţin cu furculiţa, se sărează, se piperează după gust şi se amestecă, ţinîndu-se pe foc pînă se fac potrivit de moi.

257. **Jumări cu ceapă**

12 ouă, 300 g ceapă, 100 g unt sau ulei, sare.

Se taie ceapa în felii subţiri sau foarte mărunt şi se căleşte în unt sau în ulei, pînă ce devine rumenă. Separat se sparg ouăle într-un castron, se

sărează, se piperează, se bat puțin, se toarnă peste ceapa rumenită și se amestecă pînă se fac potrivit de moi.

258. **Jumări cu verdeață**

12 ouă, 80 g unt sau ulei, 1 legătură de pătrunjel verde, 1 legătură de mărar verde, frunze de ceapă verde, sare, piper.

Se sparg ouăle într-un castron, se adaugă verdeața spălată și tocată mărunt, se sărează, se piperează și se bate totul puțin cu o furculiță sau cu un tel. Apoi se toarnă într-o cratiță sau tigaie cu untul încălzit bine și se amestecă pînă ce ouăle se încheagă.

259. **Jumări cu slănină afumată**

Pentru 5—6 persoane: *10-12 ouă, 150 g slănină sau costiță afumată, 2-3 linguri de lapte sau smîntînă, sare.*

Slănina afumată, tăiată în bucăți mărunte, se pune într-o tigaie pe foc și cînd începe să se rumenească se toarnă peste ea ouăle bătute bine cu lapte și sare. Se amestecă cu furculița pînă încep să se coaguleze, fără să se întărească. Se servesc imediat.

260. **Jumări cu șuncă**

Se prepară la fel ca jumările cu slănină, după rețeta anterioară.

261. **Jumări cu cîrnați și costiță afumată**

Se pune într-o tigaie costița tăiată mărunt și după ce începe să se prăjească se adaugă cîrnații tăiați în rondele, prăjindu-se împreună 3—5 min. Apoi se toarnă deasupra ouăle bătute, amestecîndu-se repede cu furculița 3—4 min, fără ca ouăle să se întărească. Se servesc imediat.

5. *OMLETE ŞI SUFLEURI*

5.1. **OMLETE**

Pentru prepararea omletelor simple şi a celor umplute se socotesc cîte 2—3 ouă de persoană.

Se pot prepara maximum 2 porţii o dată, deoarece, dacă se fac mai multe porţii, omleta nu mai are aspect frumos.

Omleta se prepară numai în momentul în care trebuie servită şi nu se ţine pe plită. Se prepară la foc tare, într-o tigaie cu coadă şi cu fundul plat şi gros. Ouăle pentru omletă nu se bat prea mult ci numai atît cît gălbenuşul să se încorporeze în albuş; altfel omleta creşte prea tare, este pufoasă, nu se poate rula şi poate crăpa.

Omletele se pot prepara fie simple, fie umplute cu diverse preparate dulci sau sărate.

Umpluturile se pun fie în compoziţia omletei şi se amestecă împreună, fie se umple omleta după ce a fost pregătită, în care caz umplutura trebuie să fie gata şi bine încălzită (cu excepţia brînzeturilor). Omleta se prăjeşte într-o tigaie cu coadă, în grăsimea bine încălzită. După ce s-a turnat compoziţia de ouă, se lasă 2—3 min să se prăjească la fund, după care se desprinde de pe margine şi cu un cuţit lat sau cu o paletă se întoarce cu atenţie pe partea cealaltă, şi se mai prăjeşte pînă ce se rumeneşte pe ambele părţi. Se serveşte fie simplă avînd forma rotundă a tigăii în care a fost prăjită, fie îndoită sau rulată.

Dacă omleta a fost prăjită în tigaie cu ulei, se poate stropi cu unt în momentul în care este servită. Ca omleta să fie mai crescută, se pune la cuptor încins, unde se ţine pînă ce se ridică şi se rumeneşte. În cazul în care se serveşte rulată, se procedează în felul următor: cu mîna stîngă se ridică tigaia de coadă, iar cu dreapta se rulează (cu ajutorul unei palete) pînă la marginea tigăii. În momentul în care se răstoarnă pe un platou bine încălzit, se poate stropi cu unt topit sau se poate presăra cu caşcaval ras.

262. **Omletă simplă (de bază)**

Pentru 2 porţii: *4 ouă, 1 lingură de apă, 30 g unt sau ulei, sare.*

Se pune untul sau uleiul într-o tigaie cu fundul gros şi se lasă pe foc pînă se înfierbîntă bine, apoi se adaugă ouăle care se pregătesc din timp. Ouăle se sparg într-o farfurie adîncă, adăugîndu-se la 4 ouă 1 lingură de apă sau 2 linguri de lapte rece, sare după gust, după care se bat puţin cu furculiţa şi se toarnă în tigaia cu untul încins. Se lasă 2—3 min să se prăjească la fund, după care se desprinde de pe margine şi cu un cuţit lat

sau cu o paletă se întoarce pe partea cealaltă și se mai prăjește pînă se rumenește puțin, pe ambele părți. După ce este gata, omleta se rulează sau se scoate prin răsturnare, pe o farfurie încălzită care se pune deasupra tigăii în care s-a prăjit omleta și în care se servește la masă.

263. **Omletă cu caşcaval**

Pentru 2 persoane: *4 ouă, 50 g caşcaval, 2 linguri de lapte sau apă, 30 g unt, sare.*

Omleta se pregătește ca în rețeta anterioară (de bază), se rade caşcavalul, jumătate din el se pune în compoziție, iar cu restul se presară omleta după ce este gata și rulată.

264. **Omletă cu verdeţuri (mărar, pătrunjel)**

Se prepară la fel ca în rețeta anterioară, cu deosebirea că se înlocuiește caşcavalul cu verdeața tocată fin. După gust, se poate adăuga și piper pisat.

265. **Omletă cu ceapă**

Se curăță ceapa și se taie potrivit, după care se pune la călit, într-o tigaie cu ulei. După ce s-a călit puțin, se adaugă ouăle bătute, se amestecă împreună și se lasă 2—3 min, să se închege omleta, după care se întoarce și pe partea cealaltă și se mai prăjește pînă se rumenește puțin. Apoi se rulează și la servit se presară cu ceapă verde tăiată fin sau cu caşcaval ras.

266. **Omletă cu brînză telemea**

Se prepară la fel ca în rețeta 262 sau 263, cu deosebirea că în loc de caşcaval se adaugă în compoziția de omletă brînză telemea rasă.

267. **Omletă cu cartofi**

Se prăjesc cartofi, socotindu-se 60—80 g pentru o persoană. După ce s-au prăjit, se taie cartofii în cubulețe mici și se adaugă în omletă cînd aceasta se află în tigaie și încă nu s-a întărit. Se scutură tigaia de coadă să nu se lipească omleta la fund. În timpul prăjitului se poate adăuga pe marginea omletei puțină grăsime ca să nu se prindă și să se poată împături cu ajutorul paletei sau a unui cuțit cu lama lată. Se prăjește omleta pe ambele părți și apoi se răstoarnă pe o farfurie încălzită. Se servește caldă, presărată deasupra cu caşcaval ras sau cu verdeață tăiată fin.

268. **Omletă cu roşii**

Pentru 2 porții: *4 ouă, 3-4 roșii, 50 g unt, sare, piper, verdeață.*

Roșiile, după ce se opăresc, se curăță de pieliță și semințe, se taie în cuburi mici care se scurg de zeamă și se călesc în unt, la foc iute, 5—6 min. Între timp se prepară omleta, ca în rețeta 262 și cît este încă moale în tigaie, se pun peste ea roșiile călite, se sărează, se piperează și se amestecă ușor. Cînd omleta s-a întărit se răstoarnă din tigaie pe un platou fierbinte și se poate servi.

269. **Omletă cu ciuperci**

Se taie ciupercile în felii subțiri și se călesc în puțin unt sau ulei. Se adaugă, după gust, sare, piper și verdeață tocată. Cînd ciupercile s-au călit, se răstoarnă peste omleta prăjită (coagulată), după care aceasta se rulează, se răstoarnă pe un platou fierbinte și se poate servi.

270. **Omletă cu șuncă**

Șunca se taie subțire în pătrățele mici și se prăjește puțin într-o tigaie cu untură sau cu ulei. Peste șunca puțin prăjită se toarnă ouăle bătute, se lasă să se rumenească pe ambele părți, după care se rulează.

271. **Omletă cu mușchi afumat sau cu cîrnăciori**

Mușchiul afumat sau cîrnăciorii se taie în felii subțiri, care se pun într-o tigaie cu puțină untură sau ulei și se prăjesc pe ambele părți pînă se rumenesc ușor. Deasupra se toarnă ouăle bătute și se lasă să se rumenească omleta pe ambele părți, apoi se rulează și se răstoarnă pe un platou, după care se poate servi.

272. **Omletă cu ficăței de pasăre**

Pentru 5—6 persoane: *10-12 ouă, 150-200 g ficăței de pasăre, 50 g unt, 50 ml ulei, sare, piper.*

Se spală ficățeii, se curăță de vinișoare se taie în felii subțiri și se pun într-o tigaie cu ulei înfierbîntat. Se acoperă tigaia cu un capac și se înăbușă 5—10 min, pînă scade din lichid. Se mai adaugă unt, se sărează, se piperează după gust și deasupra se toarnă ouăle bătute, se lasă pe foc moale 3—4 min, după care se întoarce omleta pe partea cealaltă. Cînd este gata, se răstoarnă pe o farfurie caldă. Se servește cu salată de sezon: de ridichi de lună cu ceapă verde; salată de roșii; salată verde.

273. **Omletă cu piure de spanac**

6 ouă, 500 g unt, 20 g făină, 100 g smîntînă, sare, piper.

Piureul de spanac se prepară ca în rețeta 870, iar omleta se prepară ca în rețeta 262. Cînd piureul de spanac este gata, se prepară omleta și, după ce s-a rumenit puțin pe ambele părți, peste ea se întinde piureul de spanac, apoi omleta se rulează sau se împăturește în două și se servește caldă.

274. **Omletă cu mere**

Pentru 6 persoane: *8 ouă, 100 g unt, 1 pahar lapte, 100 g făină, 1 kg mere, 200 g zahăr, coajă de lămîie, scorțișoară, sare.*

Într-un castron se pun gălbenușurile, jumătate din zahăr, coaja de lămîie rasă, puțină sare și se freacă totul 5—6 min. Apoi se adaugă făina, dizolvată cu lapte și bine amestecată, merele rase (curățate de coajă), albușurile bătute spumă cu restul de zahăr, scorțișoară și se amestecă ușor și cît mai puțin ca să nu cadă albușul. Se pune o tigaie cu puțin unt sau ulei pe foc și cînd s-a înfierbîntat se toarnă cîte un polonic din compoziția preparată și se prăjește pe ambele părți pînă la rumenire. Se servește ca desert, presărată cu zahăr pudră sau cu sirop.

275. **Omletă sufle cu marmeladă**

Pentru 2 porții: *4 ouă, 30 g unt, 2-3 linguri de marmeladă, 2-3 linguri de lapte sau apă rece, 1 lingură de zahăr.*

Diferența între omleta simplă și omleta sufle constă doar în faptul că se separă albușurile de gălbenușuri și se bat spumă, iar gălbenușurile se bat puțin cu sare, zahăr și cu 2—3 linguri de lapte sau apă rece, după care se amestecă ușor cu albușurile bătute spumă. Se pune la încălzit o tavă cu puțin unt, se toarnă în ea compoziția de omletă și se introduce în cuptor. Cînd omleta a crescut și s-a rumenit se scoate din cuptor, se unge cu marmeladă și se rulează. Se servește presărată cu zahăr pudră. (Se poate prepara și în tigaie mai mare în loc de tavă).

5.2. SUFLEURI

Baza sufleurilor sînt sosul alb (v. rețeta 174) sau Béchamel (v. rețeta 175) și ouăle care trebuie să fie cît mai proaspete ca să iasă albușul la bătut bine spumat. De asemenea, cuptorul trebuie să fie bine încălzit, fără să fie însă încins. În cazul în care sufleurile se prepară din legume, acestea trebuie fierte în prealabil și foarte bine scurse, după care se taie sau se trec prin sită și se încorporează în sosul Béchamel. Sufleurile se coc în vase speciale, cu suprafață mare, dar mai înalte, care rezistă bine la cuptor și cu care se pot servi la masă. Acestea sînt fie vase din sticlă de Jena, fie vase de ceramică sau căpăcele smălțuite, în cazul în care se pregătește sufleul în porții separate.

Vasele sau orice alte forme se ung cu unt și se umplu cu compoziție numai pînă la 3 sferturi (3/4) din înălțime, deoarece sufleul crește în cuptor. Coacerea se face în cuptor la foc potrivit și durează 25—30 min, în funcție de cantitatea de compoziție pregătită. Sufleul se servește imediat ce s-a rumenit și s-a ridicat (a crescut). Trebuie servit imediat cum este gata, deoarece altfel se lasă. Pentru a se rumeni mai frumos, sufleurile se presară cu cașcaval ras.

276. **Sufleuri din brînzeturi**

5-6 ouă, 120-150 g cașcaval, șvaițer sau orice fel de brînză care se poate rade.

Pentru sos Béchamel: *60 g făină, 300-400 ml lapte, 50 g unt, piper și eventual sare.*

Într-un vas se pune untul la topit, se adaugă făina, se amestecă pînă se încinge bine fără să se rumenească, se stinge cu lapte călduț și se potrivește de sare și piper. După ce sosul s-a luat de pe foc, se adaugă o parte din brînza rasă, iar după ce s-a răcit, se pun gălbenușurile și albușurile bătute spumă, se amestecă cu restul de brînză rasă, cu ajutorul unei linguri din lemn, atît cît să se încorporeze albușurile în compoziție și imediat se pune în forma unsă și se introduce în cuptor. Se coace 20—25 min, după care se servește imediat la masă, în forma (vasul) în care a fost copt, fără să se răstoarne.

277. **Sufleu de cartofi**

5-6 ouă, 750 g cartofi, 100 g smîntînă, 50 g făină, 50 g unt, 40 g cașcaval, sare, piper.

Se fierb cartofii curățați și tăiați în bucăți. După ce au fiert se scurg bine de apă și se trec prin sită, se adaugă făina, untul, sare și piper după gust și se amestecă. Se adaugă gălbenușurile, unul cîte unul, apoi smîntîna și se amestecă din nou bine iar la urmă se adaugă albușurile bătute spumă. Se toarnă compoziția într-o formă unsă și potrivit de mare, încît să nu depășească mai mult de trei sferturi pereții formei. Se presară compoziția cu caşcaval ras, se stropește deasupra cu unt topit și se introduce în cuptor. Cînd s-a ridicat și s-a rumenit este gata și se poate servi.

273. **Sufleu de conopidă**

1 kg conopidă, 5-6 ouă, 100 g făină, 100 g unt, 2-3 linguri de pesmet, sare.

Bucheţelele de conopidă fiartă și bine scursă se pun în sosul Béchamel, în continuare, pentru pregătire, procedîndu-se ca în rețeta anterioară.

279. **Sufleu de dovlecei**

1 kg dovlecei, 6 ouă, 100 g unt, 100 g făină, 100 g caşcaval, 1 pahar lapte, sare.

Dovleceii se curăță de coajă și de semințe, se taie în cuburi mici și se pun la fiert în apă cu sare. După ce s-au fiert se răcesc cu apă rece și se lasă să se scurgă bine. Între timp se prepară sosul astfel: se pune unt (jumătate din cantitatea prevăzută în rețetă) la topit, se adaugă făina, se amestecă pînă se încinge fără să se rumenească, se stinge cu lapte călduț și se amestecă pînă dă în fiert. Se ia sosul jos de pe foc, după care se adaugă gălbenușurile, unul cîte unul, o parte din caşcavalul ras, dovleceii bine scurși, sare și albușurile bătute spumă. Se amestecă ușor și se toarnă în forma unsă. Se presară compoziția cu caşcaval ras, se stropește cu unt topit și se introduce în cuptor. Cînd s-a ridicat și s-a rumenit este gata.

280. **Sufleu de sparanghel sau de varză Bruxelles**

Se pregătește la fel ca sufleul de dovlecei cu deosebirea că în loc de dovlecei se folosește sparanghel fiert sau varză de Bruxelles fiartă. În rest se procedează la fel ca în rețetele anterioare.

281. **Sufleu de vinete**

1 kg vinete, 100 g unt, 5-6 ouă, 100 g făină, 400 ml lapte, sare.

Se coc vinetele ca pentru salată, se curăță, se lasă să se scurgă, se toacă și se potrivesc de sare. Din unt, făină și lapte se prepară sosul Béchamel (puțin mai gros). În sos se adaugă gălbenușurile, vinetele, sare și la urmă albușurile bătute spumă, după care se amestecă foarte lejer, numai cît să se încorporeze albușul în compoziție. Se pune totul într-o formă unsă cu unt, se introduce în cuptor și se coace cam 25—30 min, în care timp trebuie să se rumenească pe deasupra.

Sufleul se aduce la masă imediat după ce s-a scos din cuptor, în forma în care s-a copt. Compoziția pentru copt se poate pune și în forme mici (căpăcele reprezentînd cîte o porție de persoană).

282. **Sufleu de varză**

4 ouă, 1 kg varză, 100 g unt, 100 g caşcaval, 2-3 linguri de smîntîna, 50 g făină, 60 g pesmet, sare, piper.

Se curăţă varza, se taie în sferturi şi se pune la fiert în apă clocotită cu puţină sare. Se fierbe 10—12 min, apoi se scurge şi se taie foarte subţire. Într-un castron se freacă gălbenuşurile cu sare şi unt, adăugîndu-se făina, piperul, smîntîna, varza, caşcavalul ras şi albuşurile bătute spumă. Se toarnă compoziţia într-o formă unsă cu unt şi dată cu pesmet, se netezeşte, se presară cu pesmet şi se introduce în cuptor.

283. **Sufleu de fasole verde**

5-6 ouă, 100 g făină, 100 g unt, 400 ml lapte, 700-800 g fasole verde, 50 g caşcaval, sare, piper.

Fasolea verde, tînără şi fără aţe, se pune la fiert în apă clocotită cu puţină sare. După ce a fiert se răceşte şi se lasă să se scurgă de apă. Din făină, unt şi lapte se prepară sosul Béchamel, în care se încorporează gălbenuşurile, fasolea tăiată în bucăţi de 2 cm, apoi se adaugă sare, piper şi albuşurile bătute spumă. După ce se amestecă şi se pune în formă, se presară compoziţia cu caşcaval ras şi se introduce în cuptor. Se coace la foc potrivit 25—30 min.

284. **Sufleu de ciuperci**

400 g ciuperci, 5-6 ouă, 100 g făină, 70 g unt, 300-400 ml lapte, 50 g caşcaval, sare, piper.

Se spală ciupercile, se taie felii subţiri şi se călesc în puţin unt sau ulei, pînă scade zeama lăsată de ele.

Din unt, făină şi lapte se prepară sosul în care se încorcoprează gălbenuşurile, ciupercile şi albuşurile bătute spumă, după care se adaugă sare şi piper, după gust. Se pune compoziţia într-o formă şi se introduce în cuptor să se coacă.

285. **Sufleu de spanac**

1 kg spanac, 5-6 ouă, 100 g făină, 100 g unt, 60 g caşcaval, 400 ml lapte, sare, piper şi 30 g unt pentru uns forma.

Spanacul fiert în apă clocotită cu sare şi scurs bine se amestecă cu sos Béchamel, caşcavalul ras, gălbenuşurile, albuşurile bătute spumă, se potriveşte de sare, piper şi se pune într-o formă unsă cu unt, după care se introduce în cuptor să se coacă.

286. **Sufleu de mazăre**

Se prepară la fel ca sufleul de spanac, cu deosebirea că mazărea, după ce s-a fiert, se pune într-o crăticioară cu puţin unt şi se înăbuşă 10—15 min. Se poate adăuga şi puţin mărar tocat şi o linguriţă de zahăr. Restul pregătirii se continuă la fel cum s-a arătat în reţetele anterioare.

287. **Sufleu de ţelină**

600 g ţelină, 300 g sos Béchamel, 3-4 ouă, 50 g unt, 50 g pesmet, 100 g caşcaval, sare.

Se alege ţelină albă şi neaţoasă, se curăţă, se spală, se taie în sferturi şi se pune la fiert în apă clocotită cu sare. După ce a fiert se răceşte şi se taie mărunt sau se trece prin sită, se amestecă cu gălbenuşurile, sosul Béchamel, cu o parte din caşcaval ras, sare şi albuşurile bătute spumă. Se amestecă uşor şi se toarnă într-o formă unsă cu unt şi presărată cu pesmet, se netezeşte, se stropeşte cu puţin unt topit şi se presară cu restul de pesmet şi de caşcaval ras. Se introduce în cuptorul potrivit de încins, pentru 30 min, după care se serveşte imediat în forma în care a fost copt.

288. **Sufleu de caise**

1 kg caise, 3-4 ouă, 300 g zahăr, coajă de lămîie, 50 ml rom, puţin zahăr pudră.

Se spală caisele şi, după ce se scot sîmburii, se rad pe răzătoarea cu găuri mari. Într-un castron se pun gălbenuşurile şi se freacă cu 200 g zahăr, şi coaja de lămîie rasă, după care se amestecă cu caisele rase, romul şi albuşurile bătute spumă cu restul de zahăr. Compoziţia astfel obţinută se toarnă într-o formă unsă cu unt şi se introduce în cuptor la foc potrivit. Cînd compoziţia s-a ridicat şi s-a rumenit puţin, sufleul este gata. Se pudrează cu zahăr şi se serveşte imediat, altfel, dacă stă cîteva minute, sufleul se lasă şi pierde tot aspectul.

289. **Sufleu de castane**

500-800 g castane, 200 g zahăr, 50 g unt, zahăr vanilat, 4-5 albuşuri.

Castanele se crestează în cruciş şi se pun la fiert timp de o oră, după care se curăţă de coaja exterioară şi interioară, se pun într-o cratiţă cu puţină apă şi unt şi se înăbuşă sub capac pînă se înmoaie. Cînd sînt gata se lasă să se răcească puţin şi se trec prin sită. Piureul astfel obţinut se amestecă cu albuşurile bătute spumă cu zahăr, se adaugă zahărul vanilat şi se toarnă într-o formă unsă cu unt şi presărată cu zahăr tos, care se introduce în cuptor la foc potrivit, unde se lasă timp de 20 min, apoi se serveşte.

290. **Sufleu de portocale**

2 portocale, 200 g zahăr, 200 g nuci măcinate, 4 ouă, 1 lingură de rom, 30 g unt.

Se freacă bine gălbenuşurile cu zahăr şi cu coajă de portocală rasă. Se adaugă nucile în prealabil prăjite puţin şi date prin maşina de nuci şi, după gust, 1 lingură de rom sau zeamă de lămîie, albuşurile bătute spumă şi la urmă portocala curăţată de pieliţe şi tăiată în cuburi mici. Se amestecă compoziţia şi se toarnă într-o formă unsă cu unt şi presărată cu zahăr tos. Se coace la foc potrivit 20 min, după care se serveşte imediat.

291. **Sufleu de ciocolată sau de cacao**

200 g ciocolată de menaj sau 60 g cacao, 4 ouă, 1/2 l lapte, 100 g făină, 1/2 baton de vanilie, unt pentru uns forma.

Laptele cu batonul de vanilie se dă în fiert. Gălbenușurile se pun într-un vas care se poate pune pe foc, se adaugă zahăr și se freacă 5—6 min, după care se adaugă făina, ciocolata topită sau rasă pe răzătoare și se amestecă totul pînă se încorporează într-o cremă. Peste aceasta se toarnă laptele și se amestecă din nou bine, după care se pune la foc, amestecînd continuu ca să nu se prindă. După ce dă în cîteva clocote, se trage de pe foc și se adaugă imediat albușurile bătute spumă, amestecîndu-se ușor. Se toarnă compoziția într-o formă unsă cu unt, se netezește deasupra, se presară cu puțin zahăr și se introduce în cuptor, la foc potrivit, 25—30 min.

292. **Sufleu de vanilie**

1/2 l lapte, 80 g făină, 160 g zahăr, 5-6 ouă, 1/2 baton vanilie sau 1 plic zahăr vanilat, 30 g unt, pentru uns forma.

Se fierbe acoperit laptele cu vanilia. Între timp se pun gălbenușurile într-un vas și se freacă cu zahăr, se adaugă făina, puțină sare și treptat se subțiază cu laptele cald și se amestecă repede cu un tel, ținînd vasul pe foc pînă începe să fiarbă. Se trage apoi căzănelul de pe foc, se adaugă albușurile bătute spumă și se amestecă ușor. Se toarnă totul într-o formă unsă cu unt, se netezește deasupra, se presară cu puțin zahăr și se introduce în cuptor, la foc potrivit, 25—30 min.

293. **Sufleu de cireșe**

1/2 kg cireșe, 100 g franzelă (veche de o zi) sau 100 g biscuiți, 150 g zahăr, 200 g smîntînă, 4-5 ouă.

Se spală cireșele și se scot sîmburii, după care se presară cu puțin zahăr și se lasă să stea pînă se prepară restul. Se freacă gălbenușurile cu zahăr, se adaugă smîntîna, franzela rasă sau biscuiții pisați, cireșele scurse de zeamă, albușurile bătute spumă și se amestecă ușor.

Compoziția se toarnă într-o formă unsă cu unt și presărată cu pesmet alb sau cu biscuiți pisați. Se coace în cuptor, la tempertură mijlocie, timp de 25—30 min.

294. **Sufleu de vișine**

Se prepară la fel ca sufleul de cireșe.

295. **Sufleu de mere cu albuș**

5-6 mere potrivit de mari, 200-300 g zahăr, 6 albușuri, 1 lingură pesmet, 30 g unt, scorțișoară.

Merele curățate de coajă se taie în bucăți și se pun la fiert cu 1/2 pahar de apă și zahăr. Se fierb pînă se terciuiesc apoi se trec prin sită. Dacă piureul de mere este prea moale, se mai pune pe foc și se amestecă pînă ce ajunge la o consistență potrivită. Apoi este lăsat să se răcească și se amestecă cu albușurile bătute spumă. Pentru aromă se poate adăuga: coajă de lămîie rasă, scorțișoară sau vanilie. Compoziția se toarnă într-o formă unsă cu unt și presărată cu pesmet. Se coace în cuptor la temperatură mijlocie, timp de 25—30 min. Se servește imediat, pudrîndu-se cu zahăr.

296. **Sufleu de gutui cu albuș**

1 kg gutui, 5-6 albușuri, 250-300 g zahăr, 1 plic zahăr vanilat, 1/2 pahar apă, 30 g unt, pesmet.

Se prepară la fel ca sufleul de mere.

297. **Sufleu de fructe**

Sufleul se poate prepara din orice fel de fructe: căpșune, zmeură etc. Fructele se trec prin sită de crude sau înăbușite, după care se pun la fiert cu zahăr, amestecînd pînă ce piureul se îngroașă potrivit. Zahăr se adaugă după gust, iar albușurile se socotesc cîte 2—3 la 100 g piure de fructe. Albușurile bătute spumă se amestecă cu piureul rece. În rest, pentru pregătire se procedează ca în rețetele anterioare.

6. *BUDINCI, CLĂTITE ŞI TARTE*

6.1. **BUDINCI**

Budincile vegetariene sînt preparate din legume, fructe, paste făinoase, brînzeturi, toate legate cu ouă. Spre deosebire de sufleuri, budincile după ce s-au copt pot fi servite imediat sau mai tîrziu, scoţîndu-se din forma în care s-au copt.

Pentru budinci există forme speciale, rotunde, eventual ondulate pe margine şi cu mijlocul gol. Se pot coace şi în tăvi inoxidabile sau emailate. Formele trebuie să fie bine uscate şi unse abundent cu unt. Pentru ca să nu se lipească compoziţia de pereţii formei, aceasta se tapetează (se presară) cu pesmet, cu zahăr tos, sau cu zahăr caramelizat (după cum indică reţeta).

Formele se umplu pînă la 3/4 din înălţimea pereţilor, deoarece la copt compoziţia creşte.

Cuptorul trebuie încălzit din timp 10—15 min. La coacere, în primele 15—20 min nu se deschide cuptorul, întrucît budinca poate scădea tot atît cu cît a crescut, revenind la înălţimea iniţială şi pierzînd pufozitatea.

Reuşirea budincilor depinde de albuşuri, care ca să se spumeze bine trebuie să provină din ouă proaspete. Albuşurile se vor spuma mai bine şi mai repede dacă sînt reci şi dacă la început se adaugă puţină sare (1—2 g); după ce s-au spumat se adaugă puţin zahăr tos sau zeamă de lămîie şi după aceea se mai bat 2—3 min. În felul acesta albuşurile vor fi mai rezistente. Ele se adaugă în compoziţie la urmă, amestecînd uşor cu o lopăţică sau cu o lingură din lemn, numai atît cît este nevoie ca să se încorporeze în conţinutul compoziţiei pentru budincă.

Pentru bătutul albuşurilor sau frecatul gălbenuşurilor se foloseşte un vas cu fundul oval, castron sau căzănel. Albuşurile spumate introduse în compoziţie nu se amestecă de jur-împrejur, ci numai uşor de sus în jos. Procedînd în felul acesta, albuşurile nu se înmoaie (nu se pastelează).

Timpul de coacere trebuie respectat după indicaţiile arătate în reţete, sau după aprecierea gospodinei. Dacă budinca a crescut bine şi s-a rumenit, ea este gata şi atunci trebuie scoasă din cuptor, altfel dă înapoi (cade) şi devine iască sau se arde pe marginè şi pe deasupra.

Budincile coapte în forme speciale cu mijlocul liber şi răsturnate pe platou rotund sînt mai aspectuoase. Cele dulci se servesc presărate cu zahăr pudră, iar cele picante (sărate) se servesc cu sosul preferat sau cu smîntînă.

Budinca după ce este gata şi scoasă din cuptor, se mai lasă să aburească 10—15 min, după care se răstoarnă pe un platou.

298. **Budincă de brînză de vaci**

400 g brînză de vaci, 150 g unt, 5-6 ouă, 75 g făină, sare.

Se trece brînza bine scursă prin sita de mălai, se adaugă o parte din unt (100 g) înmuiat, fără să fie topit, gălbenușurile, sarea, făina, se amestecă totul bine apoi se adaugă albușurile bătute spumă. Se mai amestecă ușor să nu cadă albușul și se pune imediat în forma unsă cu restul de unt și presărată cu puțin griș sau făină. Se introduce în cuptorul încins la temperatură potrivită. După ce s-a copt se servește imediat, altfel se lasă.

299. **Budincă de cartofi**

800 g carofi, 100 g unt sau margarină, 2-3 ouă, 100 g smîntînă, 50 g caşcaval, sare, pesmet.

Cartofii fierți se trec prin sita de mălai, apoi se adaugă untul, gălbenușurile, smîntîna, sare și se amestecă bine. Se pune compoziția într-o formă sau într-o tavă unsă bine cu unt și presărată cu pesmet, se netezește cu lama unui cuțit, iar deasupra se fac modele în formă de riduri sau de gratii. Se presară cu caşcaval ras, se stropește cu puțin unt topit și se introduce în cuptorul încins. Se ține la copt pînă se rumenește (se gratinează) pe toată suprafața, după care se servește caldă.

300. **Budincă de cartofi cu brînză**

800 g cartofi, 200-300 g brînză telemea, 2 ouă, 100 g smîntînă, 150 g unt, 1 lingură pesmet.

Cartofii fierți se taie în felii. Brînza se zdrobește și se amestecă cu ouăle bătute și cu smîntîna. Se unge o tavă cu o parte din unt, se tapetează cu pesmet și apoi se pun straturi alternative de cartofi și de brînză, ultimul strat fiind de cartofi. Se stropește cu restul de unt pe deasupra și se introduce în cuptorul încins. Se ține la cuptor pînă se rumenește (se gratinează) pe toată suprafața, după care se servește fierbinte.

301. **Budincă de clătite cu brînză de vaci**

6-8 foi de clătite, 300 g brînză de vaci, 2-3 gălbenușuri, 4 linguri smîntînă, 100 g unt pentru uns forma și pentru stropit budinca pe deasupra.

Clătitele se prepară după rețeta 338. Brînza de vaci sfărîmată bine cu furculița se potrivește de sare și se amestecă cu gălbenușurile și cu smîntîna. Pentru pregătirea budincii se întrebuințează o cratiță cam de aceeași mărime cu cea a foilor de clătite, sau o formă rotundă. Aceasta se unge cu unt și apoi se așază în ea, alternativ, o foaie de clătită și un strat de umplutură de brînză, avînd grijă ca ultima foaie (de deasupra) să fie mai puțin prăjită, în partea de sus (exterioară). Se stropește cu restul de unt topit și se introduce în cuptorul mai puțin încins. Se servește cu smîntînă.

302. **Budincă de conopidă**

800 g conopidă, 150 g unt, 200 g făină, 1 l lapte, 6 ouă, 50 g pesmet, 50 g unt pentru uns forma, piper, sare.

Din unt, făină și lapte se prepară un sos gros Béchamel care se fierbe pe plită pînă se îngroașă, după care se dă la o parte să se răcească.

Conopida se fierbe în apă clocotită cu sare, apoi se răcește, se desparte în bucățele și se pune în sosul Béchamel. Se adaugă gălbenușurile, sarea, piperul și la urmă albușurile bătute spumă, după care se amestecă ușor. Compoziția se așază într-o formă unsă cu unt, presărată cu pesmet și se introduce în cuptor, unde se ține pînă se rumenește.

Ca să fie mai picantă, se pot adăuga în compoziție 100 g brînză telemea sau caşcaval ras.

303. **Budincă de ciuperci**

Se prepară ca în rețeta precedentă, înlocuindu-se conopida cu ciuperci înăbușite (v. rețeta 791). Cantitatea de ciuperci este de circa 600 g.

304. **Budincă de varză Bruxelles**

Se pregătește la fel ca budinca de conopidă.

Verzișoarele de Bruxelles se curăță de frunzele galbene sau veștede, se spală, se fierb în apă cu sare și după 5—6 min se scurg și se adaugă în compoziția de budincă. Mai departe se procedează la fel ca la budinca de conopidă, folosind aceleași cantități, dar în loc de conopidă 800 g varză de Bruxelles.

305. **Budincă de franzelă**

500 g franzelă, 1/2 l lapte, 4 ouă, 30 g unt, 300 g brînză oarecare, 1 lingură zahăr.

Într-un castron se bat ouăle cu lapte și zahăr și se adaugă franzela tăiată în felii. După ce feliile de franzelă s-au îmbibat se storc puțin și, într-o formă unsă cu unt și presărată cu pesmet sau cu griș, se așază alternativ un strat de felii de franzelă și un strat de brînză rasă pînă se termină. La urmă, deasupra, se toarnă laptele cu ouă care a rămas și se presară cu puțină brînză sau cu caşcaval ras și se introduce în cuptor, la foc potrivit. Cînd s-a rumenit este gata. Forma în care se prepară se umple cel mult pe 3/4 din înălțime, budinca crescînd la copt.

306. **Budincă de urdă**

500 g urdă proaspătă, 4 ouă, 100 g griș, 100 g miez de franzelă, 200-300 ml lapte, 30 g unt, pesmet.

Miezul de franzelă se înmoaie bine în lapte bătut cu ouă, apoi se adaugă urda, grișul, sare și se amestecă bine. Compoziția se pune într-o formă unsă bine cu unt și tapetată cu pesmet și se introduce în cuptor la foc potrivit, timp de 30—35 min, pînă se rumenește frumos. (După gust, se poate adăuga în compoziție și mărar tocat mărunt).

Se poate servi la masă ca primul sau al doilea fel.

307. **Budincă de caşcaval**

300 g caşcaval ras, 4-5 ouă, 100 g unt, 100 g făină, 1/2 l lapte, piper, sare, pesmet.

Din unt, făină și lapte se prepară sos gros Béchamel. După ce sosul

s-a răcit puțin, se adaugă gălbenușurile, piper, sare, 200 g caşcaval ras și la urmă albușurile bătute spumă. Se amestecă ușor și se pune compoziția într-o formă unsă cu unt și presărată cu pesmet, după care se netezește, se presară pe deasupra cu restul de caşcaval ras și se introduce în cuptorul încins potrivit. Se servește în momentul în care budinca a crescut și s-a rumenit frumos.

308. **Budincă de macaroane**

200-300 g macaroane, 200 g brînză, 4-5 ouă, 150 g unt, pesmet, sare.

Se fierb macaroanele în apă clocotită cu o lingură de ulei și puțină sare. Cînd sînt bine fierte se scurg și se răcesc. Între timp, se freacă untul, apoi se adaugă gălbenușurile, macaroanele, brînza rasă, iar la urmă albușurile bătute spumă și se amestecă. Se toarnă compoziția într-o tavă unsă cu unt și tapetată cu pesmet, se nivelează pe deasupra și se introduce în cuptorul bine încins. Budinca este gata cînd s-a rumenit. Pentru servit se taie în bucăți și se scoate din tavă pe platou.

309. **Budincă de tăiței cu brînză de vaci sau telemea**

400 g tăiței, 200-300 g brînză, 2-3 ouă, 100 g unt, 50 g zahăr, sare, pesmet.

Tăițeii se fierb în apă clocotită cu sare. După ce sînt gata se scurg, se clătesc cu apă rece și se scurg bine de apă. Într-un castron se sfărîmă brînza, se adaugă 100 g unt, zahăr, 2 gălbenușuri, eventual sare și se amestecă. În alt vas se bat restul de ouă, se adaugă tăițeii, restul de unt (topit) și se amestecă. O parte din tăiței se așază într-o formă unsă cu unt și presărată cu pesmet, apoi se așază alternativ un strat cu compoziția de brînză și un strat cu tăiței, pînă se termină, ultimul strat fiind cu tăiței. Se netezește, se introduce în cuptor și se coace la foc potrivit 30—35 min.

310. **Budincă de tăiței cu varză dulce**

500 g tăiței, 1 varză mijlocie, 100 ml ulei, 2-3 ouă, 100 g ceapă, sare, piper, pesmet, 30 g unt.

Varza se curăță, se spală, se taie în patru și se opărește în apă clocotită cu sare, după care se scurge bine de apă și se taie fidea cît mai subțire. Într-o cratiță cu ulei se călește ceapa, se adaugă varza, se sărează, se piperează și se călește amestecînd pînă se înmoaie. Între timp, se fierb tăițeii în apă clocotită cu puțină sare, se scurg, se clătesc cu apă rece și se scurg din nou bine, se amestecă cu varza călită, cu ouăle și se pune totul într-o tavă unsă cu unt și tapetată cu pesmet, după care se introduce în cuptorul încins și se coace timp de 30—35 min.

311. **Budincă de tăiței cu varză murată**

500 g tăiței, 1,500 kg varză murată, 100 g ceapă, 100 ml ulei, 30 g unt, pesmet, sare, piper, 3-4 ouă.

Tăițeii se pot pregăti din făină, ouă, sare și apă sau se pot procura din comerț. Se fierb în apă clocotită cu puțină sare și cînd sînt fierți se strecoară. Ceapa se taie mărunt și se călește cu ulei 5—6 min, după care

se adaugă varza tăiată cît mai subțire și bine stoarsă de zeamă și se călește pînă se înmoaie bine (se amestecă din cînd în cînd, să nu se prindă de vas). Apoi se sparg ouăle într-un castron, se bat 2—3 min, după care se adaugă tăiteii, varza, sare și piper după gust. Se amestecă totul și se așază într-o formă de budincă unsă cu unt și presărată cu pesmet. Se coace 30—35 min în cuptorul bine încins.

312. **Budincă de dovlecei**

5-6 dovlecei tineri, 200 g caşcaval sau brînză telemea, 100 g unt, 3-4 ouă, 100 g făină, 1/2 l lapte, sare, piper, pesmet.

Dovleceii curățați de coajă se taie în cuburi mici, se fierb în apă clocotită cu puțină sare, timp de 10 min, după care se scurg. Între timp, din unt, făină și lapte se prepară un sos alb (v. rețeta 174). După ce sosul s-a răcit, se adaugă gălbenușurile, dovleceii, sare, jumătate din caşcaval ras și la urmă albușurile bătute spumă. Apoi se amestecă, se toarnă compoziția într-o formă de budincă unsă cu unt și tapetată cu pesmet, se nivelează, se presară cu restul de caşcaval și se introduce în cuptor. Se coace 25—30 min.

313. **Budincă de gulii**

Se prepară la fel ca budinca de dovlecei cu deosebirea că în loc de dovlecei se folosesc 5—6 gulii tinere, care se curăță, se rad pe răzătoarea cu găuri mari, apoi se pun într-un vas și se înăbușă cu 50 g unt. În continuare se procedează ca în rețeta anterioară.

314. **Budincă de praz**

10 fire de praz, sau 5 dacă sînt mai groase, 100 g unt, 1/2 l lapte, 3-4 ouă, 300 g brînză, 50 g caşcaval, sare, pesmet.

Din 50 g unt, făină și lapte se prepară un sos alb care se fierbe circa 5—10 min. Se curăță apoi prazul, iar partea albă se spală, se taie în rondele subțiri și se călește în restul de unt pînă se înmoaie bine, după care se toarnă în sos. Se adaugă brînza rasă, ouăle și sare după gust. Se amestecă bine compoziția și se toarnă într-o formă unsă cu unt și tapetată cu pesmet. Se netezește, se presară cu caşcaval ras și se introduce în cuptor, la foc potrivit. Cînd s-a rumenit deasupra este gata.

315. **Budincă de legume**

1 kg de legume fierte (una sau mai multe feluri), 100 g unt, 75 g făină, 1/2 l lapte, 4 ouă, 60 g caşcaval, sare, pesmet, eventual zahăr.

Legumele se fierb în apă clocotită cu puțină sare. După ce au fiert se răcesc și se taie în felii sau în cubulețe mărunte. Separat, din unt, făină și lapte se prepară un sos alb care se fierbe cam 5—10 min. În acest sos se adaugă legumele fierte și bine scurse de apă, gălbenușurile, caşcavalul ras, se potrivește la gust de sare, piper și eventual de zahăr sau de zeamă de lămîie și la urmă se adaugă albușurile bătute spumă. Apoi se amestecă totul și se toarnă într-o formă unsă cu unt și tapetată cu pesmet, se nivelează și se introduce în cuptor.

316. **Budincă de roşii cu orez**

1 kg roşii, 200 g orez, 100 g ceapă, 100 ml ulei sau unt, sare, piper, pesmet, 50 g unt.

Ceapa se taie mărunt şi se călește în ulei 5—6 min, după care se adaugă orezul (ales, spălat şi bine scurs de apă) şi se călesc împreună alte 5—6 min. Apoi se stinge cu apă fiartă în cantitate de două ori mai mare decît cea de orez şi se lasă să fiarbă 20 min acoperit, pe foc moale. Între timp, se opăresc roşiile, se curăţă de pieliţe şi de seminţe, se scurg de zeamă şi se călesc cu unt pe foc iute, 5—6 min, după care se amestecă cu orezul fiert şi se lasă la răcit. După ce s-a răcit se răstoarnă compoziţia într-un castron, se adaugă gălbenuşurile, sare, piper şi la urmă se adaugă albuşurile bătute spumă şi se amestecă uşor cu o lingură din lemn. Se toarnă compoziţia într-o tavă unsă cu unt şi tapetată cu pesmet, se netezeşte şi se introduce în cuptor. Se coace circa 20—30 min.

317. **Budincă de ardei gras şi orez**

200 g orez, 10-15 ardei graşi, 100 g ceapă, 100 ml ulei sau unt, 50 g caşcaval, sare, piper, pesmet, 4-5 ouă, 50 g unt, pentru uns forma.

Se prepară la fel ca budinca anterioară, cu deosebirea că în loc de roşii se folosesc ardei graşi copţi, curăţaţi de pieliţe, tăiaţi în bucăţi şi căliţi cu ceapă timp de 5—6 min. În continuare prepararea budincii decurge la fel ca în reţeta precedentă.

318. **Budincă de spanac cu foi de clătite**

1 kg spanac, 100 g unt, 3-4 ouă, 30 g făină, 1 pahar lapte, 2-3 linguri smîntînă, pesmet, sare, 6 foi de clătite.

Spanacul se curăţă, se spală bine şi se pune la fiert în apă clocotită cu sare, după care se scurge pe o sită, se răceşte cu apă rece şi apoi scurs bine se toacă mărunt.

Separat se călește făina cu unt timp de 5—6 min, după care se introduce spanacul şi se stinge cu lapte, amestecîndu-se pînă se îngroaşă. Se adaugă smîntîna şi sare după gust şi se lasă să se răcească. După aceea se adaugă gălbenuşurile şi la sfîrşit albuşurile bătute spumă. Se ia o formă rotundă (de tort), se unge cu unt, se tapetează cu pesmet, apoi în ea se aşază o foaie de clătită peste care se întinde un strat de compoziţie cu spanac şi în continuare, alternativ, foi de clătită şi straturi de spanac pînă se termină clătitele şi spanacul, deasupra acoperindu-se cu o foaie de clătită, care trebuie să fie mai puţin prăjită. Se unge deasupra cu smîntînă sau se stropeşte cu unt şi se coace în cuptor la foc potrivit, timp de 30 min. (Pentru foi de clătită v. reţeta 338).

319. **Budincă de spanac cu frigănele**

Spanacul se prepară la fel ca în reţeta anterioară, iar în loc de foi de clătită se folosesc frigănele. Pentru *frigănele* sînt necesare: *12-16 felii de franzelă, 2-3 ouă, 1/2 l lapte şi ulei pentru prăjit.*

Se taie atîtea felii de franzelă cîte trebuie pentru a căptuşi o formă de budincă.

Feliile se pun să se înmoaie în lapte, apoi se dă fiecare felie prin ou

bătut și se pun la prăjit în ulei încins, rumenindu-se puțin pe ambele părți. Forma în care se va coace budinca se unge bine cu unt și după ce se căptușesc fundul și pereții cu frigănele, la mijloc se pune compoziția de spanac, se netezește și se presară cu puțin pesmet și cașcaval ras. Apoi se introduce în cuptor și se coace pînă se rumenește deasupra.

320. **Budincă de urzici**

Se prepară la fel ca budinca de spanac.

321. **Budincă de mazăre tînără**

Se prepară ca și budincile de spanac, cu deosebirea că în loc de spanac se folosește mazăre tînără (800 g), din care se prepară piureul (compoziția). Mai departe se procedează după rețetele anterioare de budinci.

6.1.2. BUDINCI DULCI

322. **Budincă de alune cu frișcă**

150–200 g alune, 6 ouă, 200 g zahăr pudră, 150 g unt, 300 g făină, coajă rasă de la o lămîie, 150 g frișcă.

Alunele se pun la uscat în cuptorul puțin încălzit, timp de 10 min, după care se freacă curățindu-se de coajă și se dau prin mașina de nuci. Într-un castron se freacă untul cu zahăr pudră, coaja de lămîie rasă și gălbenușurile, apoi se adaugă alunele, făina sau o lingură de pesmet alb, iar la urmă albușurile bătute spumă și se amestecă ușor. Se toarnă compoziția într-o formă unsă cu unt și tapetată cu pesmet alb sau cu făină, se coace în cuptor, la foc potrivit, timp de 20 min, sau se fierbe acoperit pe plită, așezată într-un alt vas cu apă clocotită (în baia de apă), timp de 60—70 min. Apoi se ține pe masă 10—15 min, după care se răstoarnă pe o farfurie și se servește rece, garnisită cu frișcă bătută (150 g frișcă și 50 g zahăr).

323. **Budincă de brînză de vaci cu stafide**

500 g brînză de vaci, 100 g griș, 2-3 ouă, 100 g unt, 200 ml lapte, 200 g zahăr, 60 g stafide, coajă de lămîie rasă, pesmet, 30 g unt pentru uns tava.

Grișul se fierbe în lapte îndulcit, se lasă puțin să se răcească, după care se adaugă: gălbenușurile frecate bine, separat, cu zahăr, unt și coajă de lămîie rasă, brînza de vaci, stafidele curățate și spălate cu apă călduță, iar la urmă albușurile bătute spumă, apoi se amestecă ușor. Compoziția obținută se toarnă într-o formă unsă cu unt și tapetată cu pesmet. După ce se netezește suprafața, se stropește cu puțin unt și se introduce în cuptor, sau se fierbe în baia de apă timp de 80—90 min. Cînd este gata se lasă 10 min să se evapore, apoi se răstoarnă pe un platou. Se servește caldă.

324. **Budincă de tăiței cu nuci sau cu alune**

300 g tăiței, 1 l lapte, 200 g zahăr, 4 ouă, 200 g nuci, 1 lingură rom,

coaja rasă de la o lămîie, 1 plic zahăr vanilat, pesmet, 30 g unt pentru uns tava.

Se fierb tăiţeii în lapte cu puţină sare. Cînd sînt aproape fierţi, se adaugă 100 g zahăr şi zahărul vanilat şi se lasă să fiarbă la foc domol pînă se îngroaşă. Separat, într-un castron, se freacă gălbenuşurile cu restul de zahăr, coaja de lămîie rasă, după care se toarnă tăiţeii răciţi, nucile măcinate, romul şi la urmă albuşurile bătute spumă şi se amestecă uşor.

Compoziţia astfel obţinută se toarnă într-o tavă unsă cu unt şi presărată cu pesmet, se netezeşte, se presară cu puţin zahăr tos şi se introduce în cuptor, unde se coace pînă se rumeneşte pe deasupra.

La servit se taie în bucăţi în tavă, apoi se scot bucăţile pe platou şi se pot servi cu orice sirop de fructe.

325. **Budincă de tăiţei cu dulceaţă de fructe**

300 g tăiţei, 1 l lapte, 100 g zahăr, 4 ouă, 1 plic zahăr vanilat, 100 g nuci, unt şi pesmet pentru tavă, dulceaţă după gust.

Se fierb tăiţeii în lapte cu puţină sare. Cînd sînt aproape fierţi se adaugă zahărul şi zahărul vanilat şi se lasă să fiarbă pe foc domol pînă se îngroaşă. Se lasă să se răcească, după care se adaugă: gălbenuşurile, nucile pisate, albuşurile bătute spumă şi se amestecă. Se pot adăuga în compoziţie fructe din dulceaţă (vişine, cireşe sau alte fructe tăiate în bucăţele mici).

Compoziţia obţinută se toarnă într-o tavă unsă cu unt şi presărată cu pesmet sau cu zahăr tos, se netezeşte, se garniseşte deasupra cu fructe din dulceaţă şi se introduce în cuptor pentru copt, timp de 30—35 min.

La servire se taie în tavă, se scoate pe platou şi se presară cu zahăr pudră sau se serveşte cu sirop.

326. **Budincă de tăiţei cu sos de vanilie**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, dar fără nuci şi fără dulceaţă.

Budinca se prepară simplă şi se serveşte cu sos de vanilie, preparat după reţeta 1620.

327. **Budincă de cacao cu sos de vanilie**

1/2 l lapte, 100 g cacao, 6 ouă, 250 g zahăr, 400 g miez de pîine albă rece, 2-3 linguri făină, 150 g unt, rom sau coniac după gust, unt şi pesmet pentru tavă.

Miezul de pîine albă se taie în felii, se înmoaie în lapte, după care se stoarce uşor. Separat se freacă untul cu zahărul, se adaugă gălbenuşurile şi se mai freacă 5—6 min, după care se adaugă: miezul de pîine, făina împreună cu cacaua cernută, coniac sau rom şi la urmă albuşurile bătute spumă. Se amestecă uşor şi se toarnă compoziţia într-o formă de budincă unsă cu unt şi tapetată cu pesmet sau cu făină. Se coace în cuptorul încălzit potrivit, aproximativ 30 min. Se serveşte cu sos de vanilie (v. reţeta 1620).

328. **Budincă de ciocolată însiropată**

6 ouă, 150 g ciocolată, 30 g unt, 300 g zahăr, 50 g cacao, 200 g făină, 200 g frişcă bătută.

Pentru sirop: *150 g zahăr, 200 ml apă, 50 ml rom, 20 ml zeamă de lămîie.*

Se bat bine ouăle întregi cu zahărul într-un căzănel sau într-un castron, pe foc moale, cu telul, pînă se topește zahărul. Se adaugă făina amestecată cu cacaua, apoi se toarnă în formă de ploaie ciocolata rasă pe răsătoare sau topită cu 1—2 linguri de lapte.

Compoziția sé toarnă într-o formă unsă cu unt, presărată cu făină și tapetată cu hîrtie albă, apoi se coace în cuptor la foc potrivit. După ce s-a copt și s-a răcit, se taie ca un tort și se însiropează, după care se așază pe un platou și se garnisește cu frișcă.

Prepararea siropului: Apa cu zahărul se dă în fiert și la urmă se adaugă romul și zeama de lămîie.

329. **Budincă de griș cu ciocolată**

80 g griș, 1/2 l lapte, 200 g zahăr, 5-6 ouă, 200 g ciocolată, 1 pachețel de zahăr vanilat.

Se fierbe laptele cu zahărul și cînd a dat în fiert se toarnă grișul sub formă de ploaie, amestecîndu-se bine. După ce a fiert, se lasă să se răcească și apoi se adaugă unul cîte unul gălbenușurile, amestecînd după fiecare cu o lingură din lemn. În continuare se adaugă ciocolata rasă, zahărul vanilat și la urmă albușurile bătute spumă, amestecîndu-se ușor.

Compoziția se toarnă într-o formă unsă cu unt și presărată cu zahăr tos. Se coace la foc potrivit timp de 20—25 min și după ce se răcește se poate servi.

330. **Budincă de griș cu mere**

1 kg mere acrișoare, 300 g zahăr, 100 g unt, 1 l lapte, 150 g griș, 3-4 ouă, 1 pachețel zahăr vanilat, scorțișoară.

Se fierbe laptele cu 100 g zahăr, zahărul vanilat și cu puțină sare, iar cînd a dat în fiert se toarnă grișul în formă de ploaie, amestecînd mereu pînă se îngroașă, după care se lasă să se răcească pentru ca apoi să se adauge ouăle și să se omogenizeze amestecînd bine.

Între timp, se unge abundent cu unt o cratiță, se toarnă restul de zahăr netezindu-se pe tot fundul cratiței, iar deasupra se așază mere curățate de coajă și tăiate în sferturi și se introduce în cuptor, la foc potrivit, timp de 15 min. Apoi se scoate cratița din cuptor, peste mere se așază grișul pregătit, se nivelează și se introduce din nou la cuptor la foc potrivit. Se coace budinca 20—30 min, după care se răstoarnă pe platou. Se servește rece.

331. **Budincă de orez cu mere**

200 g orez, 1 l lapte, 3-4 ouă, 1 kg mere, 50 g stafide, 200 g zahăr, 100 g unt, coajă de lămîie rasă, 1 plic zahăr vanilat, scorțișoară, pesmet.

Se fierbe orezul în lapte cu puțină sare și cînd este aproape fiert se adaugă 100 g zahăr și zahărul vanilat, apoi se lasă să se răcească. Separat, într-un castron, se freacă untul și gălbenușurile peste care se toarnă cîte puțin orez fiert, se adaugă stafidele alese și spălate, coaja de lămîie rasă, apoi se amestecă bine și la urmă se adaugă albușurile bătute spumă.

Jumătate din compoziție se așază într-o tavă unsă cu unt și presărată cu pesmet, apoi se pune un rînd de mere (curățate de coajă, tăiate în felii cît mai subțiri și amestecate cu restul de zahăr și scorțișoară), iar deasupra se pune restul de orez, se nivelează și se introduce în cuptor potrivit de încălzit. Budinca nu se răstoarnă ci se taie în tava în care s-a copt, după care bucățile se așază pe platou.

332. **Budincă de orez cu sirop de zmeură sau vișine**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă dar fără mere.

Se servește cu sirop de zmeură sau de vișine sau cu orice fel de sos dulce (v. rețetele de sosuri dulci).

333. **Budincă de tăiței cu mere**

300 g tăiței, 3-4 ouă, 1 kg mere, 50 g stafide, 200 g zahăr, 100 g unt, coajă de lămîie rasă, 1 plic zahăr vanilat, scorțișoară, pesmet.

Tăițeii se fierb în apă clocotită cu puțină sare, apoi se scurg, se răcesc cu apă rece și se lasă în strecurătoare să se scurgă. Separat, într-un castron, se freacă untul cu 100 g zahăr și gălbenușurile, peste care se adaugă coaja de lămîie rasă, zahărul vanilat, stafidele (alese și spălate), tăițeii, apoi se amestecă bine și la urmă se adaugă albușurile bătute spumă. Într-o tavă unsă cu unt și presărată cu pesmet, se pune mai întîi jumătate din această compoziție, apoi un rînd de mere (curățate de coajă, tăiate în felii cît mai subțiri și amestecate cu restul de zahăr și scorțișoară), iar deasupra se toarnă restul compoziției (cealaltă jumătate). Se netezește suprafața și se introduce în cuptor pentru copt, timp de 35—40 min. La servire se taie în tavă, se scoate pe platou și se presară cu zahăr pudră sau se servește cu sirop.

334. **Budincă de tăiței cu mac**

400-500 g tăiței (de casă sau din comerț), 3-4 ouă, 100 g zahăr, 100 g unt și pesmet pentru uns și presărat tava.

Pentru umplutură: *200 g mac, 150 g zahăr, 50 g pesmet, 50 g stafide, scorțișoară, coajă de lămîie.*

Se fierb tăițeii în apă clocotită cu sare și cînd sînt gata se spală cu apă rece și se lasă în strecurătoare să se scurgă bine. Între timp, se freacă gălbenușurile cu 100 g zahăr, după care se adaugă tăițeii, 70 g unt topit (cu restul de unt se unge tava) și se amestecă bine. La urmă se adaugă albușurile bătute spumă și din nou se amestecă puțin, atît cît este nevoie ca albușurile să se încorporeze în compoziție. Într-o tavă unsă cu restul de unt (30 g) și presărată cu pesmet se toarnă jumătate din compoziția pregătită, apoi se întinde peste aceasta umplutura cu mac (care se prepară în felul următor: se opărește macul, se scurge de apă, după care se freacă într-un castron pînă devine ca o cremă albicioasă; se aduagă puțin pesmet alb, stafide, scorțișoară, coaja de lămîie rasă, și la urmă zahărul sub formă de sirop gros fiert: 200 g zahăr cu 100 g apă sau topit în lapte călduț), după care se așază restul de tăiței, se netezește și se pune la copt în cuptorul încins, timp de 25—30 min. Se servește pudrată cu zahăr vanilat sau cu sirop de fructe.

335. **Budincă festivă de pişcoturi**

1/2 l lapte, 200 g pişcoturi sau biscuiţi crocanţi, 4-5 ouă, 100 g zahăr, 100 g fructe confiate (zaharate), 50 ml rom, 30 ml alcool, 1 lingură de făină.

Fructele confiate se taie mărunt, se stropesc cu rom şi se lasă acoperite. Separat, într-un castron, se freacă gălbenuşurile cu zahărul 5—6 min, după care se adaugă fructele şi se amestecă în continuare, adăugînd treptat laptele, apoi pişcoturile sfărîmate şi la urmă albuşurile bătute spumă. Compoziţia obţinută se toarnă într-o formă unsă cu unt şi presărată cu făină, după care se introduce în cuptor, la foc potrivit. Se coace aproximativ 30 min şi după ce se scoate din cuptor, budinca se mai lasă în formă cîteva minute, apoi se scoate pe platou şi în momentul servirii se stropeşte cu alcool căruia i se dă foc şi se duce la masă.

336. **Budincă de lămîie**

2 lămîi, 200 g zahăr, 4 ouă, 200 g făină, 50 g stafide, 50 g fructe confiate, 1 g sare.

Se freacă gălbenuşurile cu 150 g zahăr, coajă de lămîie rasă şi o parte din zeama de lămîie. Apoi se adaugă: stafidele (alese şi spălate), fructele confiate tăiate mărunt, albuşurile bătute cu restul de zahăr, 1 g sare, restul de zeamă de lămîie şi la urmă se introduce făina, amestecînd uşor.

Pentru copt se unge forma cu unt şi se căptuşeşte cu hîrtie albă, apoi se toarnă compoziţia şi se introduce în cuptor, la foc potrivit, 35—40 min.

337. **Budincă de mălai cu brînză de vaci**

300 g mălai, 100 g făină, 400 g brînză de vaci, 5-6 ouă, 100 g zahăr, 100 g unt, coajă de lămîie rasă, 1/2 pachetel praf de copt, 1 lingură zeamă de lămîie, 200 g smîntînă, sare.

Se freacă untul cu zahărul, coaja de lămîie rasă şi gălbenuşurile puse pe rînd, apoi se adaugă smîntîna, sare, făina, mălaiul, brînza de vaci, praful de copt stins cu zeamă de lămîie şi după ce se amestecă bine se adaugă albuşurile bătute spumă, amestecînd uşor pînă se încorporează în compoziţie. Se toarnă compoziţia într-o tavă unsă bine cu unt şi se introduce în cuptorul bine încins. Se coace 40—50 min, pînă se rumeneşte pe deasupra.

Se serveşte caldă, cu smîntînă sau cu iaurt rece.

6.2. CLĂTITE

Clătitele fac parte din sortimentul de preparate culinare care se servesc ca desert rapid la diferite feluri de mîncare. Ele se prepară simplu, uşor şi cu rapiditate, din următoarele componente: ouă, făină, lapte, eventual zahăr şi mirodenii. Foile de clătite pot fi umplute cu diferite preparate dulci sau sărate, ca piureuri de legume, brînzeturi, dulceţuri, gemuri etc., formînd budinci sau se rulează ori se împachetează în diverse forme. Apoi se introduc la cuptor pentru 10—15 min (cum sînt budincile) sau se servesc fără a se mai pune la cuptor, fiind doar pudrate cu zahăr vanilat (aşa

cum sînt clătitele rulate sau împăturite); cele umplute cu brînză se servesc cu smîntînă dulce.

338. **Foi de clătite**

200-300 g făină, 1/2 l lapte, 2-3 ouă, sare, ulei pentru prăjitul foilor de clătite.

Se amestecă într-un castron ouăle, făina, sarea și se subțiază cu lapte cît este nevoie, ca să iasă compoziția potrivit de subțire. La prăjitul primei foi se poate aprecia dacă mai este nevoie de subțiat sau nu compoziția. Aceasta se poate subția cu puțin sifon. Foile de clătite se prăjesc într-o tigaie de metal cu fundul mai gros și cu coadă. Se unge tigaia cu foarte puțin ulei, se încinge și se toarnă compoziție cu polonicul, atît cît să acopere fundul tigăii (stratul trebuie să fie destul de subțire). Se prăjește pe foc iute și cînd începe să se rumenească se întoarce foaia pe partea cealaltă, iar dedesubt se poate adăuga, cu o linguriță, puțin ulei, ca să nu se ardă. Foile de clătite gata pregătite se pot umple cu diverse umpluturi.

În cazul în care clătitele se fac pentru desert, se poate adăuga în compoziția acestora puțin zahăr (50 g).

339. **Clătite cu brînză de vaci**

Pentru foi de clătite v. rețeta 338.

Pentru umplutură: *500 g brînză de vaci, 50 g unt, 2 ouă, sare, 50 g zahăr, 50 g stafide.*

Foile de clătite se prepară ca în rețeta precedentă și se umplu cu brînză de vaci, amestecată cu zahărul, gălbenușurile, stafidele și potrivindu-se de sare. Se rulează sau se împachetează clătitele și se așază pe o tavă unsă cu unt. Se introduc în cuptor pentru a se coace brînza și a se rumeni puțin clătitele.

Se servesc cu smîntînă.

Pot fi pregătite într-o formă unsă bine cu unt, așezîndu-se alternativ un strat de foi de clătite și un strat de umplutură, iar ultimul de clătite. Se stropesc cu unt pe deasupra și se introduc în cuptor pînă se rumenesc, după care se răstoarnă pe platou.

340. **Clătite cu urdă și mărar**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că, în loc de brînză, se umplu cu urdă potrivită la gust cu mărar tocat mărunt și cu sare.

341. **Clătite cu ciuperci**

Foile de clătite se prepară așa cum s-a arătat în rețeta 338, dar în loc de brînză acestea se umplu cu ciuperci înăbușite.

Se aleg ciupercile, se curăță, se spală în mai multe ape, se taie în felii subțiri și se călesc în unt sau în ulei (cu ceapă sau fără), potrivindu-se de sare și de piper. Apoi se lasă pe foc în vasul acoperit să fiarbă înăbușit, pînă scade zeama pe care o lasă ciupercile. În cazul în care ciupercile nu sînt fierte cînd a scăzut zeama, se pot adăuga 2—3 linguri de apă și se mai lasă la înăbușit.

342. **Clătite cu piure de spanac**

1 kg spanac, 100 g unt, 30 g făină, 1 pahar lapte, sare și foi de clătite.

Pentru foi de clătite v. rețeta 338. Spanacul se curăță, se spală bine și se pune la fiert în apă clocotită cu sare. Cînd este fiert se pune într-o sita sau într-o strecurătoare și se lasă să se scurgă bine de apă, apoi se toacă mărunt. Separat, se călește făina cu 60 g de unt, timp de 5—6 min, dupa care se adaugă spanacul și se stinge cu lapte, amestecîndu-se pînă se îngroașă. Se potrivește de sare și cu el se umplu foile de clătite, care se rulează sau se împachetează și se așază pe o tavă unsă cu unt, se stropesc pe deasupra cu restul de unt încălzit și se introduc în cuptor să se rumenească puțin pe deasupra.

343. **Clătite cu spanac și caşcaval**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că în piureul de spanac se adaugă 100 g cașcaval ras, iar după ce s-au așezat clătitele în tavă se presară cu cașcaval ras, se stropesc cu unt topit și se introduc la cuptor să se gratineze.

344. **Clătite cu piure de cartofi și sos de roşii sau smîntînă**

Pentru foi de clătite: *200 g făină, 1/2 l lapte, 2 ouă, ulei pentru prăjit.*
Pentru piure de cartofi: *500 g cartofi, 50 g unt, 1/2 pahar lapte, 2 gălbenușuri, sare, piper, sos de roșii sau smîntînă.*

Foile de clătite se prepară ca în rețeta 338. Pentru piure se curăță cartofii de coajă și se fierb în apă clocotită cu puțină sare pînă se înmoaie. Apoi se scurg și se bat cu telul adăugîndu-se laptele fierbinte, untul, gălbenușurile, sare și piper, după gust. Cu această compoziție se umplu clătitele, se rulează și se așază într-o tavă unsă, după care se introduc în cuptor pentru 15 min. Se servesc foarte fierbinți, cu sos tomat sau cu smîntînă.

345. **Clătite cu dulceaţă**

300 g făină, 1/2 l lapte, 2-3 ouă, 100 g zahăr, 30 g zahăr pudră, 150 g dulceață, coajă de lămîie rasă, 1 plic zahăr vanilat, ulei pentru prăjit.

Se sparg ouăle într-un castron și se bat cu un tel, se adaugă zahărul vanilat, coaja de lămîie rasă, sare și se amestecă adăugînd treptat făina și laptele. Se amestecă bine ca să nu se facă cocoloașe. Din această compoziție se prăjesc foile de clătite cît mai subțiri ca în rețeta 338. Se manevrează în așa fel tigaia încît compoziția să se întindă uniform pe toată suprafața acesteia. După ce s-au prăjit toate foile de clătite se ung cu dulceață, se rulează sau se împachetează în diverse forme, după care se pudrează cu zahăr vanilat și se pot servi.

346. **Clătite cu dulceaţă gratinate**

Se prepară ca în rețeta precedentă, iar cînd sînt gata se așaza pe un platou, se pudrează cu zahăr și se ard cu un fier rotund de grosimea unui creion, încins la un capăt, cu care se atinge fiecare clătită de multe ori transversal, în final rămînînd urme pe acestea, ca și cînd ar fi fost prăjite pe un grătar.

347. **Clătite cu marmeladă**

Se prepară ca în rețeta 338, după care se umplu foile de clătite cu marmeladă, la care se pot adăuga nuci puțin prăjite și tocate sau rîșnite și o lingură de rom.

348. **Clătite cu mere**

Se prepară aluatul ca pentru clătite dulci, în care se adaugă mere curățate de coajă și rase pe răzătoarea cu găuri mari. Compoziția trebuie să iasă ca o smîntînă; dacă este prea groasă se poate subția cu lapte sau cu sifon. După prăjirea primei foi se poate aprecia dacă mai este nevoie de subțiat sau de îngroșat cu făină. Pentru prăjirea foilor de clătite compoziția se toarnă cu polonicul în tigaia bine încălzită și unsă cu unt. Pentru aceste clătite stratul de compoziție trebuie să se toarne ceva mai gros ca la clătitele obișnuite și să fie prăjite mai bine. La servire se pudrează cu zahăr vanilat sau cu sirop de fructe.

349. **Clătite cu fructe, flambate**

Compoziția se prepară ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că în loc de mere se adaugă diverse fructe: cireșe, vișine (fără sîmburi), caise sau prune bine coapte și tăiate în felioare subțiri. După ce clătitele sînt gata, se pudrează cu zahăr și cînd se duc la masă se stropesc cu rom căruia i se dă foc.

350. **Clătite de mere sufleu**

200 g făină, 2-3 ouă, 4 mere, 60 g zahăr, 300 ml lapte, 40 g zahăr pudră, coajă de lămîie rasă, scorțișoară, sare, ulei pentru prăjit, sirop, 300 ml rom.

Din făină, gălbenușuri și lapte se prepară o compoziție ca pentru clătite. Apoi se adaugă puțină sare, coajă de lămîie rasă, scorțișoară, rom și la urmă albușurile bătute cu zahăr. Între timp, se curăță merele de coajă, se scoate mijlocul (coceanul cu sîmburi) și după ce se taie fiecare măr în rondele, acestea se trec prin compoziția de clătite, se pun la prăjit direct în ulei bine înfierbîntat, prăjindu-se pe ambele părți. Se servesc cu zahăr presărat și cu sirop.

351. **Blinii**

Se prepară aluatul ca pentru clătite, cu deosebirea că din 500 g făină și 20 g drojdie se plămădește coca. Cînd coca a crescut se adaugă gălbenușurile frecate cu zahăr și se dizolvă cu lapte, iar la urmă se adaugă albușurile bătute spumă și se amestecă totul. Apoi se procedează în continuare ca la clătitele obișnuite.

Foile se pot prăji ceva mai groase, se pun una peste alta și se țin la cald acoperite cu un șervet sau se servesc pe măsură ce se prăjesc, cu garnitură după plac.

Garnitura poate fi dulce sau sărată: icre, smîntînă, brînză telemea, brînză de vaci sau diferite dulciuri.

Adevăratele blinii se prepară din 50% făină de hrișcă și 50% făină de grîu, adăugîndu-se la coca dospită unt, frișcă bătută sau smîntînă proaspătă.

6.3. TARTE ŞI PIZZA

352. Tarte cu ciuperci gratinate

Pentru aluat: *250 g făină, 100 g unt, 1 ou, 50 g smîntînă, puţină sare.* Pentru umplutură: *400 g ciuperci, 75 g unt, 2 ouă, 50 g făină, sare,piper, caşcaval, un pahar de lapte.*

Aluatul de tarte se prepară în felul următor: se pune făina pe o planşetă şi se adaugă 100 g de unt moale, un ou, puţină sare şi smîntînă. Se frămîntă pînă se obţine un aluat potrivit de moale şi se lasă la rece 2—3 ore, după care se întinde o foaie cam de 5 mm grosime, din care se decupează rotocoale (discuri) cu care se tapetează formele de tarte. În fiecare formă se pune cîte o punguliţă cu boabe de porumb sau cu fasole uscată, ca fundul tartei să nu se ridice la copt. Se ţin la cuptor pînă ce tartele se întăresc, fără însă să se rumenească. Se umplu apoi tartele cu compoziţia de ciuperci pregătită mai din timp, se presară cu caşcaval ras şi se introduc din nou la cuptor pînă se gratinează. Apoi se scot din forme şi se servesc calde.

Umplutura de ciuperci pentru tarte. Ciupercile curăţate se taie foarte mărunt şi se călesc în jumătate din unt, 10 min, după care se adaugă sos gros preparat din restul de unt, făină şi lapte. Se adaugă, după gust, sare, piper şi se mai lasă să scadă pe foc pînă ce devine potrivit de consistentă, după care poate fi folosită la umplerea tartelor.

353. Tarte cu legume

Aluatul pentru tartă se pregăteşte la fel ca în reţeta precedentă folosind aceleaşi cantităţi.

Pentru umplutură: *300 g cartofi, 100 g morcov, 100 g mazăre, 200 g fasole verde, 75 g unt, 50 g făină, 1 pahar lapte, sare, piper, 30 g caşcaval.*

Legumele curăţate se taie în cuburi mici şi se fierb separat. Cînd sînt gata se amestecă cu sosul alb, care se prepară din unt, făină şi lapte. Compoziţia cu care se umplu tartele trebuie să fie consistentă (scăzută). În rest se procedează ca în reţeta 352.

354. Tarte cu spanac

Pregătirea aluatului şi tartelor se face la fel ca în reţeta 352, cu deosebirea că umplutura de ciuperci se înlocuieşte cu piure de spanac. Tartele sînt mai gustoase dacă se prepară din aluat franţuzesc.

355. Pizza (vegetariană) cu ciuperci

Pentru aluat: *300 g făină, 1 ou, 20 g drojdie, 1 pahar lapte, sare.*

Pentru umplutură: *300 g ciuperci, 100 g caşcaval, 100 g unt sau margarină, 3-4 roşii bine coapte, sare, piper.*

Se pune făina într-un castron, se adaugă drojdia de bere dizolvată cu puţin lapte călduţ, oul şi puţină sare, se amestecă bine şi se lasă să crească. Între timp, se curăţă ciupercile, se spală, se taie în felii subţiri, se pun într-o crăticioară cu o parte din unt şi se înăbuşă 20 min, apoi se potrivesc de sare şi piper. Roşiile se opăresc, se curăţă de pieliţe, apoi se scot şi seminţele, se taie în bucăţi şi se pun într-o tigaie cu restul de unt şi se călesc pe foc iute 5—6 min. Forma în care se prepară pizza trebuie

să fie rotundă cu rama joasă. Aceasta se unge cu unt, apoi din aluat se întinde o foaie atît de mare cît să acopere fundul și marginile formei. După ce forma s-a căptușit cu foaia de aluat, aceasta se umple cu ciupercile călite, peste ele se pun roșiile călite și se presară deasupra cu caşcaval ras sau cu altă brînză, iar capetele aluatului petrecut se întorc peste umplutură sau se modelează pe marginea formei. Se introduce în cuptorul încălzit potrivit și cînd s-a rumenit pe deasupra și s-a dezlipit de pereții formei, pizza este gata, se răstoarnă pe un platou în așa fel ca să rămînă cu fața în sus și se servește fierbinte.

Pizza va fi mai gustoasă și mai aspectoasă dacă în loc de cocă dospită obișnuită se folosește aluat de foitaj (franțuzesc).

356. **Pizza napolitană**

Se prepară la fel ca în rețeta 355, doar că se mai adaugă cubulețe de șuncă și jumătăți de măsline fără sîmburi. Cu jumătate de oră înainte de servire se presară deasupra caşcaval ras, se stropește cu puțin unt, se introduce la cuptorul bine încălzit și se gratinează. După plac se poate servi cu sos tomat pus separat.

7. PÎINE ŞI ALTE PREPARATE DIN FĂINOASE CU BRÎNZETURI, LEGUME ŞI FRUCTE

357. **Pîine de casă**

1 kg făină, 30 g drojdie, 1/2 l apă, sare.

Se cerne făina într-un vas, la mijloc se face o gropiţă în care se toarnă drojdie desfăcută într-o ceaşcă cu apă călduţă, 1 linguriţă de zahăr şi puţină făină. Se acoperă şi se ţine la cald (45—60 min) pînă ce drojdia începe să crească. După ce maiaua a crescut, se începe amestecarea cu coada unei linguri de lemn, adăugîndu-se cîte puţină apă călduţă şi sarea necesară. Se frămîntă bine cu mîna, pînă se obţine un aluat de consistenţă medie; dacă aluatul este prea tare, se mai poate adăuga puţină apă. După frămîntare, aluatul se netezeşte pe deasupra (se poate şi unge pe deasupra cu grăsime), se acoperă şi se ţine la loc cald pînă creşte bine. Aluatul crescut se împarte în formele de copt unse şi încălzite puţin şi se lasă să mai crească, după care se unge cu apă pe deasupra şi se introduce în cuptorul bine încălzit.

Pîinea se pune la copt în tăvi lungi de cozonac sau în forme rotunde, se coace în funcţie de mărimea ei şi de tăria cuptorului, circa 40—60 min, pînă se rumeneşte frumos pe deasupra, fără să se ardă.

În bucătăria rece, mai ales iarna, pîinea nu creşte şi nu poate fi reuşită, decît dacă se prepară într-o încăpere caldă.

358. **Pîine cu cartofi**

1 kg făină, 1,5 kg. cartofi, 50 g drojdie, sare.

Se cerne făina într-un vas. Un sfert din cantitate se amestecă cu drojdia dizolvată în puţină apă călduţă, se pune la loc cald, se acoperă şi se lasă pînă se ridică. După ce maiaua a crescut se toarnă în vasul în care s-a cernut făina. Se adaugă cartofii, fierbinţi şi daţi prin maşina de tocat sau trecuţi prin sită, sare şi se frămîntă bine totul (fără să se pună apă). Se acoperă cu un şervet curat şi se lasă într-un loc cald pînă creşte aluatul. Între timp, se ung tăvile cu ulei, se presară cu făina, apoi se umplu 3/4 cu aluat şi se mai lasă să crească 20—30 min, după care se introduc în cuptor pentru copt.

359. **Pîine cu mălai**

Făină, mălai, drojdie, sare.

Din 300 g mălai se fierbe o mămăliguță foarte moale și se lasă să se răcească. Se adaugă drojdia pregătită ca pentru pîine și se frămîntă cu adaosul de făină cît cuprinde, ca să obținem o cocă potrivit de moale. Se lasă să crească, apoi se pune în tăvi, se mai lasă să crească și aici 20—30 min, după care se coace în cuptor 40—50 min. Se servește în loc de pîine de grîu, de preferat cu lapte dulce sau cu lapte prins, la unele mîncăruri de varză etc.

360. **Pogace cu chimen (fără jumări)**

1 kg făină, 300 g unt sau ulei, 1/4 l lapte, 2-3 ouă, 50 g drojdie de bere, 20 g chimen, sare.

Drojdia se dizolvă cu puțin lapte călduț, se adaugă o linguriță de zahăr și o lingură de făină, după care se lasă într-un loc călduț ca să crească. Separat, într-un castron, se cerne făina și peste ea se toarnă restul de lapte, ouă, chimen pisat fin, sare, drojdia plămădită și se amestecă, frămîntînd bine pînă se încorporează toate componentele. Apoi se lasă, la loc cald, 1—2 ore, pînă ce aluatul începe să crească bine. Aluatul crescut se pune pe o planșetă presărată cu făină și se întinde cu merdeneaua o foaie groasă de 1 cm care se unge cu unt moale pe toată suprafața și se împăturește, după care se repetă operația, de 3—4 ori ca la foitaj, lăsîndu-se aluatul după fiecare împachetare la rece, cîte 15—20 min. La urmă se pune aluatul pe o planșetă presărată cu făină, se întinde o foaie cu grosimea de circa 1 cm și se taie cu gura unui pahar sau cu o ruletă de tăiat rondele. Formele obținute se ung pe deasupra cu ou bătut, se așază în tăvi unse cu puțin ulei și se coc în cuptor la foc potrivit. Se servesc la ceai, bere sau la șpriț.

361. **Papanași prăjiți**

600 g brînză de vaci, 200 g făină, 3 ouă, 100 g zahăr, 2 g bicarbonat de sodiu, sare, 100 ml ulei.

Se stoarce bine brînza de zer, se adaugă 150 g făină, gălbenușurile, bicarbonatul, sare și se amestecă bine. La urmă se adaugă albușurile bătute spumă cu restul de zahăr și se amestecă ușor. Compoziția se împarte în bucăți care se dau prin făină, se rotunjesc, se turtesc și se prăjesc în ulei înfierbîntat. După ce sînt gata, se țin 10—15 min în cuptor cu ușa deschisă, într-o tavă pusă pe o cărămidă sau pe alt suport.

Se servesc presărați cu zahăr și cu smîntînă pe deasupra.

362. **Papanași fierți**

600 g brînză, 200 g făină, 4 gălbenușuri, 2 albușuri, 100 g unt, 100 g griș, 50 g zahăr, 250 g smîntînă.

Se trece brînza de vaci prin sită sau se freacă bine să se omogenizeze. Se adaugă 3 părți făină (150 g), grișul, gălbenușurile, albușurile bătute spumă și se amestecă totul. Compoziția se împarte în bucăți mici care se se pun pe o planșetă presărată cu făină, apoi li se dă o formă rotundă și turtită, după care se dau prin făină și se fierb în apă multă clocotită, cu sare. Papanașii sînt gata cînd se ridică deasupra apei, dar se mai dau în cîteva clocote. Se scot cu o spumieră, fără să se sfărîme. Se opăresc cu unt fierbinte și se servesc calzi cu smîntînă.

O condiție esențială pentru reușita papanașilor este ca brînza să fie proaspătă și fără zer. Înainte de a fi puși la fiert, se face proba cu un papanaș, care se pune la fiert în apă clocotită. Dacă se ridică deasupra și este prea moale, se mai adaugă în compoziție un gălbenuș și puțină făină. În timpul fiertului, se scutură oala să nu se prindă papanașii de fund. În nici un caz nu se amestecă în oală căci se sfărîmă papanașii.

363. **Brînzoaice**

1/2 kg făină, 2 ouă, 100 g unt, 1/4 l lapte, 20 g drojdie, 100 g zahăr, 300 g brînză de vaci, 2 ouă, 1 pliç zahăr vanilat, coajă de lămîie rasă, sare, 1 lingură de griș.

Se cerne făina într-un vas, se adaugă drojdia dizolvată cu puțin lapte călduț, o linguriță de zahăr și una de făină și se pune la dospit. După dospire se adaugă gălbenușurile frecate cu zahăr, untul topit, zahărul vanilat, coaja de lămîie rasă, puțină sare, se amestecă, se frămîntă bine, se acoperă și se pune la crescut într-un loc cald. După ce aluatul a crescut bine, se ia o parte din el, din care se întinde, pe o planșetă unsă cu ulei, o foaie groasă cam de 1 cm, din care se taie pătrate cu latura de 10 cm. În mijlocul fiecărui pătrat se pune cîte o lingură de umplutură preparată din brînză amestecată cu 2 ouă și cu o lingură de griș. Apoi se dă forma brînzoaicelor, lipindu-se colțurile opuse ale pătratelor de aluat cîte două în diagonală, se ung cu unt sau cu ou, se așază în tava unsă cu ulei și se introduc în cuptorul încins potrivit.

Cînd sînt frumos rumenite se scot din cuptor, se presară cu zahăr vanilat și se servesc calde.

364. **Brînzoaice cu brînză de oi, prăjite**

1/2 kg făină, 50 g unt, 1 pahar de lapte, 200–300 g brînză de oi, 2 gălbenușuri, 20 g drojdie, 250 ml ulei pentru prăjit, sare.

Din făină, drojdie, lapte și unt se prepară o cocă la fel ca în rețeta 363. Cînd coca a crescut se întinde o foaie groasă de 1 cm și se taie în pătrate cu latura de 5—6 cm. La mijlocul fiecărui pătrat se pune cîte o linguriță de brînză frămîntată cu 2 linguri de făină și cu 2 gălbenușuri, după care colțurile opuse se lipesc. Brînzoaicele astfel pregătite se mai lasă la crescut (la dospit), după care se ung cu unt sau cu ou bătut și se prăjesc în ulei, sau se introduc în cuptor, la copt. Se servesc calde.

365. **Alivancă**

600 g brînză de vaci, 60 g unt, 50 g smîntînă, 4 ouă, 100 g mălai, 50 g făină, sare, unt pentru uns tava.

Se freacă untul moale cu sare, se adaugă gălbenușurile unul cîte unul, apoi brînza de vaci, smîntîna, făina și mălaiul. După ce s-a omogenizat bine compoziția, se adaugă albușurile bătute spumă. Se unge o tavă cu unt, se toarnă în ea compoziția și se introduce în cuptor. Se coace 40—50 min și cînd s-a rumenit frumos este gata. Se servește foarte fierbinte, cu smîntînă îndulcită.

366. **Balmuș ciobănesc**

400 g smîntînă, 400 g brînză de oi, 200 g unt, 100 g caș uscat, 300 g mălai.

Din smîntînă, unt şi mălai se prepară mămăligă. Apoi într-o tavă se pune un strat din mămăligă, peste care se presară brînza rasă sau sfărîmată, după care se acoperă cu restul de mămăligă, iar deasupra se presară cu caşul ras. Se pune la copt în cuptor, şi se ţine pînă se rumeneşte. Se serveşte cald.

367. **Mălai cu brînză de vaci**

500 g mălai, 200 g făină de grîu, 1 l lapte, 100 g unt, 20-30 g drojdie, 100 g smîntînă, 100 g zahăr, sare, 2-3 ouă, coajă de lămîie rasă, 300-400 g brînză de vaci.

Se opăreşte mălaiul cernut cu laptele fierbinte, adăugîndu-se puţină sare şi zahărul. Cînd s-a răcit, se adaugă drojdia dizolvată cu puţin lapte călduţ, făina de grîu, ouăle, untul topit şi coaja de lămîie rasă. Se amestecă totul şi se lasă la dospit într-un loc călduţ, 2—3 ore. Compoziţia trebuie să fie ca un terci mai gros. Dacă este prea groasă, se subţiază cu lapte. După ce a dospit se adaugă în compoziţie brînza proaspătă şi bine scursă de zer. Apoi se pune într-o tavă unsă cu unt, se introduce în cuptorul bine încins şi se coace pînă se rumeneşte frumos.

Se serveşte cu smîntînă sau cu iaurt.

368. **Iofcă cu brînză de oi**

400 g făină, 2-3 ouă, 300 g brînză de oi, 100 g unt.

Coca se prepară ca în reţeta 377, dar cu mai multe ouă. După ce s-a întins foaia, se lasă cîteva minute să se usuce însă nu complet, căci nu se mai poate tăia. Apoi se taie în pătrăţele sau în diferite alte forme, care se fierb în apă clocotită cu puţină sare, 10 min, după care se strecoară, se clătesc cu apă rece şi se pun într-un castron. Se adaugă untul topit, brînza rasă, se amestecă şi se pun într-o tavă unsă sau în căpăcele şi se introduc în cuptor. Se mai pot presăra cu caşcaval ras pe deasupra. Se serveşte fierbinte.

369. **Caşcaval la capac**

Pentru o persoană: *60-80 g caşcaval, 20 g unt.*

Caşcavalul se taie în cuburi şi se pune la prăjit în căpăcele cu unt sau ulei bine încins. După ce s-a prăjit pe o parte, se întoarce pe partea cealaltă, şi se introduce la cuptor 3—4 min, sau se lasă pe plită pînă se rumeneşte. Se serveşte imediat.

370. **Caşcaval sau altă brînză la tigaie, cu ou**

Pentru două persoane: *120-150 g caşcaval, 2-3 ouă, 50 g unt, piper după gust.*

Într-o tigaie se încălzeşte untul, se pune caşcavalul tăiat în cuburi şi după ce s-a prăjit pe o parte se întoarce pe partea cealaltă, apoi peste acesta se sparg ouăle ochiuri şi se introduce tigaia la cuptor pînă ce ochiurile sînt gata.

371. **Papară cu mămăligă şi brînză**

1 1/2 l apă, 1/2 kg mălai, sare, 300-400 g brînză de orice fel, 4-5 ouă fierte, 150 g unt, 50 g caşcaval.

Se face o mămăligă mai moale. Jumătate din ea se așază sub formă de strat într-o tavă unsă cu unt, apoi se pune un strat de brînză, felii de ouă fierte, feliuțe de unt și se acoperă cu restul de mămăligă. Se stropește cu unt, se presară cu cașcaval și se introduce în cuptorul bine încins. Se lasă la copt pînă se rumenește. Se servește caldă.

372. **Papară de franzelă cu brînză de vaci**

500 g felii de franzelă, 1/2 kg brînză de vaci, 4–6 ouă, 1 l lapte, 2 linguri unt.

Se taie franzela felii, se înmoaie bine în lapte bătut cu două ouă și se așază într-o cratiță sau într-o formă unsă cu unt, un strat de franzelă, un strat brînză frecată cu restul de ouă și potrivită de sare, apoi iar un strat de franzelă. Ultimul strat trebuie să fie din brînză. Deasupra se toarnă restul de lapte rămas de la muiatul franzelei. Înainte de a se introduce în cuptor, se pun deasupra bucăți de unt, apoi se lasă la copt pînă se rumenește. După preferință se poate adăuga, în compoziția de lapte, zahăr și coajă de lămîie rasă.

373. **Macaroane sau alte paste făinoase cu brînză**

400 g macaroane, 300 g brînză de oi, 100 g unt.

Dacă brînza este sărată, nu se mai pune sare în apa în care se fierb macaroanele.

Macaroanele se pun la fiert cu jumătate de oră înainte de masă. După ce sînt fierte, se țin în apa în care au fiert (fără să mai fiarbă), pînă la servire. În momentul servirii se strecoară, se opăresc cu unt înfierbîntat și se amestecă sau se presară cu brînză rasă. Se servesc fierbinți.

374. **Macaroane gratinate**

500 g macaroane, 100 g unt, 300 g brînză, 100 g făină, 1/4 l lapte, 50 g cașcaval, 3–4 ouă, pesmet, sare și eventual zahăr.

Se fierb macaroanele în apă clocotită cu puțină sare (într-un vas mai mare, cu 3 l de apă), după care se scurg, se clătesc cu apă rece și se pun într-o cratiță. Între timp, se prepară un sos alb gros, din făină, lapte și jumătate din unt (v. rețeta 174). În acest sos se pun macaroanele fierte, ouăle, brînza rasă, apoi se amestecă, se potrivesc de sare, eventual și de zahăr și se pun în tavă, se nivelează și se presară cu cașcaval ras. Se stropesc cu restul de unt topit și se introduc în cuptor pînă se rumenesc.

375. **Găluște din brînză de vaci**

300–400 g brînză de vaci, 3–4 ouă, 100 g unt, 100 g făină, 50 g griș, sare.

Se freacă bine gălbenușurile cu sare, se adaugă treptat brînza, făina, grișul și la urmă albușurile bătute spumă, se amestecă ușor și în acest moment se și pun la fiert în apă clocotită cu sare, într-o cratiță largă și cu apă multă, pentru ca să nu stea una peste alta. Găluștele se formează cu o linguriță înmuiată de fiecare dată în apă clocotită. După primul clocot se micșorează focul, ca să fiarbă găluștele domol 10 min. Se scot apoi găluș-

tele cu spumiera într-o cratiță cu unt încălzit, după care se mai țin 5—10 min în cuptor la foc mic.

Se pot servi ca felul doi, cu sau fără zahăr.

376. **Mămăliguță cu brînză și ouă la cuptor**

1 1/2 l apă, 1/2 kg mălai, sare, 300 g brînză de orice fel, 5-6 ouă, 100 g unt.

Se face o mămăligă moale (pripită). O parte din ea se toarnă sub formă de strat într-o formă unsă, apoi se pune un strat de brînză sfărîmată sau felii, se acoperă cu restul de mămăligă și se introduce la cuptor pentru 20 min. După ce se scoate din cuptor, cu dosul unui polonic înmuiat în unt topit se apasă din loc în loc făcînd atîtea adîncituri în mămăliguță cîte ouă avem. În aceste adîncituri se pune unt și apoi se sparge cîte un ou în fiecare, după care se introduce din nou în cuptor pentru cîteva minute, pînă se întăresc albușurile. Se servește direct la masă în vasul în care s-a pregătit.

Mămăliga obișnuită sau pripită se prepară după cum se arată în continuare.

Mămăligă obișnuită. 300 g mălai, 1 linguriță rasă de sare, 1 l de apă. Într-un ceaun sau într-o oală de circa 2—3 l se pune apa cu sarea și se lasă pe foc. Cînd începe să clocotească se presară cu puțin mălai, cît să se facă un terci subțire, după care se adaugă restul de mălai și se lasă să fiarbă 15—20 min. Apoi cu ajutorul unui făcăleț sau al unei linguri de lemn se separă grămada de mălai în două, se mai lasă să fiarbă 5—6 min, după care se amestecă bine (cu făcălețul, lingura de lemn sau telul) pînă dispar toate cocoloașele, circa 10—20 min, la foc potrivit. Apoi mămăliga se adună cu o lingură de lemn și se mai lasă pe foc pînă ce se răscoace (circa 2—3 min) și începe să se umfle, după care se răstoarnă pe un fund de lemn sau într-o farfurie.

Mămăligă pripită. Se iau aceleași cantități de mălai, apă și sare ca la mămăliga obișnuită, iar dacă se folosește mălai grișat se adaugă în plus 1/2 pahar de apă.

Cînd apa dă în clocot, se toarnă mălaiul sub formă de ploaie și se amestecă 15—20 min pe foc domol, pînă se răscoace bine. Se adună apoi cu o lingură la mijloc și se răstoarnă pe un fund de lemn sau într-o farfurie. Mămăliga se poate lăsa și în vasul în care a fost prepartă, însă ca să nu facă coajă se pun deasupra cîteva bucățele de unt, iar ca să țină caldă, vasul cu mămăligă se ține în alt vas cu apă fierbinte pe plită, pînă se servește.

377. **Cocă pentru colțunași**

400 g făină, 1 ou, apă, sare.

Se cerne făina pe o planșetă, se adaugă oul și puțină apă și se amestecă cu vîrful unui cuțit pînă se încorporează toată făina. Dacă este nevoie, se mai adaugă puțină apă. Coca obișnuită se frămîntă cu mîna pînă nu se mai lipește de degete și nici de planșetă. Dacă coca este prea moale sau lipicioasă, se mai adaugă puțină făină. Cînd este gata, se întinde pe o planșetă presărată cu făină o foaie subțire care se taie în pătrate de 5—6 cm sau se decupează discuri cu un pahar sau cu o formă specială din tablă sau din material plastic. La mijlocul acestora se pune

umplutura respectivă, iar marginile se lipesc, dîndu-li-se formă triunghiulară, respectiv de semilună etc. Trebuie să se lucreze repede, altfel se usucă coca și nu se mai pot lipi marginile. Colțunașii obținuți se fierb circa 10—15 min în apă cu sare. În coca pentru colțunași nu se pun ouă multe, deoarece ouăle întăresc coca și împiedică lipirea marginilor.

Se pot adăuga la cocă 20—30 g ulei sau unt topit, sau 50 g cartofi fierți și dați prin răzătoare.

378. **Cocă pentru tăiței**

400 g făină, 2 gălbenușuri.

Din această cantitate de făină și gălbenușuri se prepară o cocă la fel ca în rețeta precedentă. După ce s-a întins foaia, se lasă cîteva minute să se usuce, însă nu complet, căci altfel nu se mai poate tăia bine, după care se rulează și se taie șuvițe lungi și subțiri care se fierb în apă clocotită cu sare timp de 10 min. Apoi se scurg, se clătesc cu apă rece, se scutură bine de apă și se folosesc la o serie de preparate, după cum se va vedea în continuare.

379. **Colțunași cu brînză de vaci și smîntînă**

Pentru cocă: *400 g făină, 1 ou.*

Pentru umplutură: *300 g brînză de vaci, 2 gălbenușuri, 100 g unt pentru uns colțunașii, sare, smîntînă.*

Se prepară coca ca în rețeta 377 și după ce se împarte foaia în pătrate sau discuri, acestea se umplu cu brînză de vaci, bine scursă de zer, amestecată cu gălbenușuri, sare și, după gust, cu puțin zahăr, după care colțunașii se pun la fiert în apă clocotită cu sare. Se fierb în apă multă, într-o cratiță largă cu capac, 10—15 min. După ce s-au pus colțunașii la fiert în apă clocotită, imediat se amestecă cu o lingură din lemn sau cu o lopățică, ca să nu se lipească între ei, apoi se scutură cratița ca să nu se lipească de fund, se acoperă cu un capac. Din momentul în care colțunașii s-au ridicat deasupra apei, se mai țin la fiert 5—6 min. Se strecoară apoi prin strecurătoare, se limpezesc cu apă caldă, se scurg bine, se opăresc cu unt fierbinte și se servesc cu smîntînă proaspătă.

380. **Colțunași cu brînză telemea**

Pentru cocă: *400 g făină, 1 ou.*

Pentru umplutură: *200 g brînză, 200 g cartofi fierți, 2 gălbenușuri, sare, 100 g unt pentru uns colțunașii.*

Cartofii fierți se trec împreună cu brînza prin sită sau se dau prin mașina de tocat, se adaugă gălbenușurile, se amestecă și se umplu pătratele de cocă. Mai departe se procedează ca în rețeta precedentă, coca preparîndu-se după rețeta 377. Cînd colțunașii sînt fierți, se opăresc cu unt încălzit și se servesc fierbinți.

381. **Colțunași umpluți cu varză călită**

1 kg varză murată, 200 ml ulei, 200 g ceapă, sare, piper.

Se taie varza cît se poate de subțire, după ce s-au scos în prealabil fibrele groase, se stoarce bine și se adaugă jumătate din ceapa călită în ulei. Se călesc apoi împreună pînă se înmoaie varza. După ce s-a răcit se

umplu cu varză pătratele tăiate din foaia de colțunași, se lipesc și se pun la fiert. Se servesc ca un fel de mîncare, presărate cu restul de ceapă călită. (Coca se prepară după rețeta 377).

382. **Colțunași cu vișine**

1/2 kg vișine fără sîmburi, 100 g unt, 50 g zahăr.
Pentru cocă: *400-500 g făină, 1 ou, apă.*

Se curăță vișinele de sîmburi (zeama se păstrează), se presară cu zahăr și se lasă să stea cîteva minute, după care se scurg de zeamă, se adaugă scorțișoară pisată și se umplu cu ele pătratele decupate din foaia de colțunași pregătită la fel ca în rețeta 377. Zeama strînsă de la vișine se dă ușor într-un clocot, se adaugă unt și se toarnă peste colțunașii fierți.

383. **Colțunași cu brînză telemea și cartofi**

Pentru cocă: *600 g făină, 15-20 g drojdie, 40 g unt, 50 g zahăr, 200 ml lapte, 1 ou, sare.*
Pentru umplutură: *200 g brînză telemea, 200 g cartofi, 2 ouă, piper. 150 ml ulei.*

Se cerne făina într-un vas încălzit, se adaugă drojdia dizolvată în lapte călduț, zahărul, sare, oul și untul topit. Se amestecă cu o lingură, iar după ce s-a încorporat făina se frămîntă cu mîna și se pune aluatul la dospit, la loc călduț, 1—2 ore (timpul dospitului este în funcție de drojdie). Între timp, se pregătește umplutura: se trec prin mașina de tocat cartofii fierți împreună cu brînza telemea, se adaugă ouă, piper, se amestecă bine și se umplu pătratele tăiate din foaia pregătită din coca obținută, după ce a dospit. Se îndoaie cu un cuțit marginile și se lipesc una peste alta. Colțunașii umpluți se mai lasă la dospit, după care fie se prăjesc în ulei, fie se coc la cuptor, unși cu ou bătut și puși într-o tavă unsă cu unt sau cu ulei.

384. **Colțunași cu umplutură de ciuperci**

Pentru umplutură: *600 g ciuperci proaspete.* Coca se prepară ca în rețeta 377.

Ciupercile se curăță, se spală în multe ape și se taie cît se poate de mărunt, după care se călesc în ulei încins cu ceapă tăiată mărunt și rumenită puțin. Se adaugă sare și piper după gust, iar cînd au scăzut și nu mai lasă apă, se adaugă un ou și cu compoziția respectivă se umplu colțunașii. Mai departe se procedează ca în rețeta precedentă.

385. **Raviole cu spanac**

Pătratele decupate din cocă preparată ca pentru colțunași se umplu cu piure de spanac (v. rețeta 870), se lipesc marginile și raviolele se fierb într-un vas cu apă multă și cu sare, timp de 10 min, după care se scurg, se pun într-o tavă unsă cu unt, se toarnă peste ele sos tomat (v. rețeta 197), se presară cu cașcaval ras și se introduc în cuptor unde se țin pînă se rumenesc, stropindu-se cu unt fierbinte.

386. **Tăiței cu brînză telemea**

400 g făină, 2-3 ouă, 300 g brînză, 150 g unt, sare.

Tăiţeii se pregătesc ca în reţeta 378. După ce au fiert şi au fost strecuraţi sub jet de apă rece, se încălzesc într-o cratiţă cu unt, se adaugă brînza rasă şi se servesc foarte fierbinţi şi presăraţi cu brînză rasă deasupra. În loc de tăiţei se poate folosi şi fidea.

387. **Tăiţei cu brînză de vaci**

Se pregătesc ca în reţeta precedentă, înlocuindu-se brînza telemea cu brînză dulce de vaci, adăugîndu-se şi zahăr, după gust. În loc de tăiţei se poate folosi fidea.

388. **Tăiţei cu varză dulce sau acră**

Tăiţeii se prepară ca în reţeta 378, iar varza dacă este dulce, ca în reţeta 379, iar dacă se foloseşte varza murată, ca în reţeta 877. Cînd varza s-a răcit, se adaugă tăiţeii fierţi, sare şi piper după gust, se amestecă şi se introduc la cuptor pentru 20—30 min.

Se servesc fierbinţi.

389. **Tăiţei cu nuci**

Tăiţeii pregătiţi şi fierţi conform reţetei 378 se scurg, apoi se adaugă 200 g nuci rîşnite (pentru 6 porţii), 100 g zahăr, 1 g scorţişoară şi 100 g unt topit, după care se amestecă totul.

390. **Tăiţei cu mac**

Se prepară ca reţeta precedentă, înlocuindu-se nucile cu mac. Pentru aceeaşi cantitate, se pun la opărit 200 g mac, apoi se scurge macul şi se freacă într-un castron, după care se adaugă la tăiţeii fierţi împreună cu 100 g zahăr, 150 g unt topit şi puţină sare.

391. **Tăiţei sau paste făinoase cu lapte**

250-300 g tăiţei, 1 l lapte, zahăr, sare, 1 plic zahăr vanilat, scorţişoară pisată, coajă de lămîie.

Tăiţeii, preparaţi după reţeta 378 sau procuraţi din comerţ, se pun la fiert în lapte clocotit cu puţină sare, zahăr şi mirodenii după gust. Se fierb 10 min, după care se servesc calzi sau reci, presăraţi pe deasupra cu scorţişoară pisată.

392. **Tăiţei sau paste făinoase cu pesmet**

300-400 g tăiţei sau fidea, 200-300 g zahăr, 150 g unt, 100 g pesmet alb, scorţişoară, sare, 1 plic zahăr vanilat.

Tăiţeii pot fi înlocuiţi cu orice fel de paste făinoase. Se fierb în apă clocotită cu sare, apoi se strecoară şi se clătesc cu apă caldă ca să se îndepărteze amidonul, fără însă a se răci. După ce s-au scurs bine, se pun într-o cratiţă, se amestecă cu pesmetul prăjit în unt, cu zahăr, zahăr vanilat sau scorţişoară, după gust. Pesmetul se prăjeşte în felul următor: se pune o crăticioară cu unt pe plită, şi cînd untul s-a încins bine se toarnă pesmetul, se amestecă repede şi se prăjeşte pînă capătă o culoare aurie, după care se toarnă peste macaroane sau tăiţei şi se amestecă.

393. **Macaroane, tăiței sau fidea cu sos de roșii**

Macaroanele sau tăiteii, după ce se fierb, se strecoară, se clătesc cu apă caldă ca să se îndepărteze amidonul, se pun într-o cratiță cu unt înfierbîntat și se amestecă, după care se acoperă și se țin la cald. Între timp, se prepară sos de roșii ca în rețeta 197, se toarnă peste macaroanele fierbinți și se amestecă. Se servesc fierbinți, presărate, după preferință, cu cașcaval, sau cu brînză rasă pe deasupra.

394. **Macaroane cu ciuperci și sos tomat**

250-400 g macaroane, 200 g ciuperci, 100 g cașcaval, 100 g unt, 500 g roșii sau 50 g bulion de roșii, sare, piper.

Se fierb macaroanele în apă multă cu sare. Cînd sînt gata se scurg, se limpezesc cu apă caldă și se pun într-o cratiță cu unt încălzit. Separat se călește în ulei ceapa tăiată mărunt, se adaugă ciupercile curățate, spălate și tăiate felii foarte subțiri și se călesc împreună pînă scade apa lăsată de ele. Se adaugă fie sos tomat, fie roșiile fierte date prin strecurătoare sau bulion de roșii subțiat cu 1 pahar de apă. Se potrivește sosul de sare și piper, se lasă să dea în cîteva clocote, după care se răstoarnă peste macaroane și se amestecă. Se servesc fierbinți, cu cașcaval, sau cu altă brînză rasă.

395. **Gogoșele de cocă rapide**

2-3 ouă, 100 g făină, 1/4 l lapte, 30 g zahăr, sare, ulei pentru prăjit.

Se sparg ouăle într-un castron și se freacă cu sare și zahăr, apoi se adaugă, treptat, făina și laptele. Se amestecă bine pînă se face coca omogenă și ceva mai groasă decît aluatul de clătite. Se prăjesc pe ambele părți pînă se rumenesc, punînd cîte o jumătate de lingură în tigaia cu ulei încins. Se servesc calde cu soteuri de legume.

396. **Frigănele de franzelă**

400 g franzelă, 3 ouă, 1/2 l lapte, ulei pentru prăjit.

Franzela de o zi sau două se taie în felii de circa 1 cm grosime, acestea se curăță de coajă și li se dă o formă rotundă, pătrată sau triunghiulară. Feliile se înmoaie în lapte fără să se zdrobească, se scurg, se trec prin ouă bătute și imediat se pun la prăjit în ulei încins. Se prăjesc pe ambele părți pînă se rumenesc.

Se pot servi cu orice fel de garnitură de legume sub formă de sote sau piure.

397. **Frigănele de mămăligă**

Se prepară o mămăligă obișnuită, se răstoarnă pe un fund de lemn, se lasă să se răcească, după care se taie în felii groase de 1 cm, care se prăjesc în ulei sau în unt înfierbîntat, rumenindu-se pe ambele părți. Se servesc ca garnitură la fasole bătută, la mazăre bătută etc.

398. **Mîncare de prune uscate**

Pentru 6 porții: *600 g prune, 100 g zahăr, 50 g făină, 100 ml ulei.*

Se lasă prunele în apă călduță 2—3 ore, să se înmoaie, după care se spală bine și se pun la fiert într-o cratiță. Cînd prunele sînt aproape fierte se adaugă sosul de zahăr pregătit astfel: se pune într-o cratiță uleiul și făina, amestecînd pînă se încinge, se adaugă zahărul și se amestecă în continuare pînă ce începe să se înroșească, după care se stinge cu zeama de la fiertul prunelor. Se lasă să fiarbă pînă se formează sosul care se adaugă la prunele fierte și se mai dă mîncarea în fiert 5—6 min. Se servește rece.

399. **Mîncare de gutui**

Pentru 6 porții: *1,5-2 kg gutui, 200 g zahăr, 100 ml ulei, 50 g făină, 100 ml vin.*

Gutuile nu se curăță de coajă, ci numai se spală bine și se șterg cu un șervet de bucătărie. Se taie apoi în sferturi, se scot cu cuțitul porțiunile tari (pietroase) și sîmburii, după care se mai taie în felii potrivite, ca cele de portocale.

Se trec feliile pe rînd prin făină și tot pe rînd se prăjesc în ulei bine înfierbîntat, scoțîndu-se în alt vas. În uleiul rămas se pun restul de făină și zahărul, se amestecă, pe foc, pînă ce zahărul începe să se caramelizeze, se stinge cu 100 ml vin și 200—300 ml apă și se amestecă pînă se dizolvă totul și dă în cîteva clocote, după care se răstoarnă peste gutuie prăjite și se mai lasă să fiarbă cîteva minute. Se servește caldă sau rece.

8. *PREPARATE DIN PEŞTE, RACI, MELCI ŞI SCOICI*

Peştele pentru consum poate fi proaspăt, congelat, marinat, sărat sau afumat. Pentru a nu produce intoxicaţii grave, înainte de a fi preparat şi consumat, peştele, de orice fel, se examinează cu multă atenţie. La orice suspiciune, peştele nu se mai consumă, indiferent cum am dori să-l preparăm.

Examinarea se face mai întîi cu ajutorul mirosului. Peştele proaspăt se examinează şi cu ajutorul pipăitului; el trebuie să fie tare la pipăit, să aibă ochii limpezi, branhiile roşii şi solzii lucioşi; apăsînd cu degetul, urma făcută trebuie să dispară treptat, iar dacă aceasta nu se întîmplă, înseamnă că peştele este prea vechi şi nu se mai poate folosi pentru preparat.

Peştele congelat, înainte de a fi examinat şi apoi preparat, trebuie mai întîi lăsat să se decongeleze lent, la temperatura camerei, fără să fie ţinut la căldură sau în apă caldă.

După decongelare se examinează dacă nu cumva a fost congelat prea vechi sau cu început de alterare.

Peştele proaspăt şi cel decongelat, după ce a fost examinat aşa cum am arătat anterior, se curăţă mai întîi de solzi, apoi se spintecă pe burtă de la coadă la cap, se scot intestinele cu atenţie ca să nu se spargă fierea, după care se scot branhiile, iar la cap se scoate şi osul amar care se află între cap şi corp (spre ceafă). Peştele mic, sub 200 g, nu se spintecă pe burtă, intestinele scoţîndu-se după ce se scot branhiile, apăsînd pe burtă şi trăgînd de ele afară prin golul lăsat de branhii.

Peştele mic se poate prepara mai uşor şi păstrează un aspect mai frumos.

Peştele mai mare, pentru a fi mai uşor pătruns la fiert sau la prăjit se taie în bucăţi sau se crestează oblic în cîteva locuri pe o parte. Pentru fript la grătar, peştele mai mare de 200—300 g sau 500 g se spintecă în două. După ce a fost curăţat de solzi, spintecat şi golit de intestine, peştele se spală foarte repede sub jet de apă rece. El nu trebuie ţinut în apă căci pierde din gust, fiindcă apa pătrunde în carne şi dizolvă substanţele nutritive pe care le conţine. Un astfel de peşte îmbibat cu apă se prepară mai greu, în special la prăjit sau la grătar.

Peştele spălat se lasă pe un grătar ca să se scurgă de apă, apoi se usucă cu un prosop curat. Pentru a face ca peştele să fie mai gustos şi ca să nu se sfărîme uşor, se unge cu zeamă de lămîie sau cu puţină sare de lămîie dizolvată în apă, apoi se sărează şi se lasă timp de 30—50 min, după care se prepară fiert, prăjit sau la grătar.

400. **Peşte rasol (reţeta de bază)**

La 1 kg de peşte (crap, lin, ştiucă, şalău sau orice fel de peşte proaspăt sau congelat) se pun la fiert următoarele componente: *100 g morcovi, 1 ceapă, 1-2 rădăcini de pătrunjel, toate tăiate felii, cîteva boabe de piper, 1 foaie de dafin, sare şi oţet după gust.*

Într-un vas a cărui mărime trebuie să fie aleasă în funcţie de cea a peştelui, se pune la fiert 1 l de apă în care se adaugă legumele tăiate în bucăţi, foaia de dafin, boabele de piper şi sare (dacă nu s-a sărat din timp peştele). Cînd legumele sînt aproape fierte se adaugă oţet sau zeamă de lămîie şi peştele care trebuie să fie complet acoperit de lichid şi se continuă fierberea aproximativ 10—14 min. Durata de fierbere variază în funcţie de mărimea peştelui. Peştele se lasă în lichidul în care a fiert pînă la servire. Se serveşte cu legume şi cu cartofi fierţi natur. Dacă se consumă cald se serveşte cu unt, iar dacă se consumă rece, se serveşte cu zeamă de lămîie şi cu ulei.

401. **Peşte rasol cu legume**

Peştele se pune la fiert la fel ca în reţeta anterioară, cu atîta apă cît este nevoie să-l acopere, altfel, apa de prisos dizolvă substanţele nutritive şi diminuează gustul peştelui. După ce peştele a fost pus la fiert în vasul cu legumele aproape fierte, se mai adaugă după apreciere sare, 1 foaie de dafin, cîteva boabe de piper, 1 lingură de zeamă de lămîie sau 2 linguri de oţet. După ce s-a fiert cam 12—15 min, se ia vasul de pe foc, iar peştele se lasă în lichidul în care a fiert pînă la servire. Se poate servi atît cald cît şi rece. În cazul în care se serveşte cald, vasul cu peşte se ţine la un loc cu sursă de căldură.

Garnitura la peştele rasol o constituie chiar legumele cu care acesta a fiert şi cartofii tăiaţi în cubuleţe şi fierţi natur cu cîteva minute înainte de servire. Legumele se stropesc cu unt fierbinte şi se presară cu verdeaţă tăiată mărunt, iar pe fiecare porţie de peşte se pune cîte o felie de lămîie. Lichidul în care a fiert peştele se strecoară, se drege cu zeamă de lămîie sau cu oţet, ulei, sare şi piper după gust şi se serveşte la masă în cesti sau în sosieră, o dată cu peştele. Rasolul se poate servi şi cu diferite sosuri sau cu mujdei de usturoi dizolvat cu lichid în care a fiert peştele. De asemenea, se poate servi şi cu maioneză.

402. **Peşte prăjit (reţetă de bază)**

Peşte, sare, lapte, făină, ulei şi eventual lămîie.

Se curăţă peştele de solzi, se scot intestinele şi se spală sub jet de apă la robinet. Se zvîntă bine peştele cu un prosop curat, se taie capul şi se dă la o parte (se va folosi pentru ciorbă), iar corpul se taie în felii (bucăţi). Dacă peştele este mare, feliile tranşate se crestează la suprafaţă cu un cuţit bine ascuţit. Se sărează bucăţile şi se lasă să stea 30—40 min, după care se şterg cu un şervet uscat, se ung cu lapte, se trec prin făină amestecată cu boia de ardei dulce şi se prăjesc imediat în ulei încins (într-o tigaie adîncă), pe ambele părţi, pînă se rumenesc frumos.

Peştele se va prăji frumos şi va avea gust mai bun dacă feliile crude se ung cu zeamă de lămîie sau dacă în laptele cu care se ung feliile se adaugă un ou crud bătut, după care se trec prin făină.

Culoarea peştelui prăjit trebuie să fie galbenă-aurie. Dacă uleiul nu este bine încins, peştele fierbe în loc să se prăjească, pierzînd din gust şi

aspect. După ce peștele s-a prăjit, se trage tigaia de pe foc iute și se lasă pe foc mai slab să se pătrundă înăuntru fără să se pîrlească pe dinafară.

Peștele care nu este bine prăjit dăunează sănătății.

Se servește cald sau rece, cu cartofi fierți natur și cu felii de lămîie. Peștele servit cald se stropește cu unt topit.

403. **File de pește pane**

Peștele (șalău, somn, cod, morun, nisetru) curățat, spălat și zvîntat, se taie în felii, apoi se înlătură oasele. Se sărează, se piperează și se dă prin făină, ou bătut și prin pesmet, după care se prăjește în ulei bine înfierbîntat, pînă se rumenește frumos pe ambele părți. Se servește cald cu cartofi fierți natur, stropiți cu unt topit și presărați cu pătrunjel verde tăiat mărunt, peste fiecare fileu punîndu-se cîte o felie de lămîie.

Se poate servi cu maioneză sau cu diferite sosuri adecvate.

404. **Pește la grătar**

Pește, sare, ulei, zeamă de lămîie și garnitură de cartofi.

Peștele curățat, spălat, zvîntat și dacă este mare tăiat în două pe lungime se sărează și se lasă să stea cam 20—30 min. Apoi se șterge cu un șervet și se unge cu ulei pe ambele părți. Se așază pe grătar bine încins, altfel peștele se lipește de grătar și la întoarcere se rupe. Peștele se întoarce numai după ce s-a fript bine pe o parte, formînd o crustă rumenită, astfel încît substanțele nutritive să rămînă în el. Se servește cald, stropit cu unt, cu felii groase de lămîie și cu garnitură de cartofi fierți natur stropiți cu unt și presărați cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

405. **Pește la grătar cu sos à la grec**

Se prepară ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că, după ce peștele este fript, se așază pe un platou mai adînc și peste el se toarnă sosul à la grec, pregătit din *100 ml ulei, 150 ml sifon, 1 lămîie, 1 legătură de pătrunjel verde, piper, sare după gust,* după cum urmează: se toarnă uleiul într-un castron, se adaugă pătrunjelul tocat, piperul pisat, sare, zeamă de lămîie și sifonul, și se bate cu un tel pînă se omogenizează bine. Sosul trebuie să fie picant și acrișor. Zeama de lămîie poate fi înlocuită cu sare de lămîie dizolvată în apă. La servire se garnisește cu felii de lămîie.

406. **Saramură de pește**

Pentru o porție: *200-300 g pește, sare, boia, sau ardei iute.*

Se prepară din pește mărunt (crap, biban, plătică, caras) sau din burtă de crap, care se frige la grătar sau pe plită presărată cu sare. Burta de crap se frige mai întîi pe partea tăiată apoi și pe cealaltă. Peștele fript se curăță de arsură și de sare, apoi se aranjează pe platou. Se pune deasupra ardei iute tăiat mărunt, sau se presară cu boia de ardei și peste aceasta se toarnă apă fiartă, sau zeama de la fiertul oaselor sau capului de pește. Se servește cald sau rece, cu mămăliguță sau cu pîine.

407. **Crap cu usturoi (crap spaniol)**

Se aleg crapi mai mari, ca să se poată tăia în felii sau în fileuri, adică: peștele curățat se despică orizontal în două de-a lungul șirei spină-

rii, se scot oasele mari și după ce se taie carnea în bucăți mai mari, se sărează, se ung cu puțin ulei și se pun pe grătar bine încins. După ce peștele s-a fript pe ambele părți, se pune într-o tavă și peste el se toarnă apă clocotită (în cantitate potrivită), se acoperă cu un capac și se lasă să dea într-un clocot, după care se ia de pe foc și se lasă cu totul să se răcească bine. Între timp, se curăță o căpățînă de usturoi, se pisează, apoi se dizolvă cu zeamă de pește și se potrivește la gust cu sare, piper pisat și cu oțet. Se servește cu mămăliguță caldă.

408. **Aterine sau chilcă prăjită**

Acești peștișori de mare nu se curăță de solzi decît li se taie capul și coada, iar intestinele se înlătură prin apăsarea burții și scoaterea lor prin branhii. După aceea, peștișorii se țin 2—3 ore în apă rece, apoi se zvîntă cu un șervet, se trec prin făină și se prăjesc în ulei mai mult și bine încins. Ca să iasă frumos rumeniți și să nu se lipească unul de altul, peștii trebuie puși la prăjit pe rînd, cîte puțini, și se prăjesc astfel încît să fie acoperiți cu ulei.

409. **Aterine sau chilcă cu ceapă**

500 g aterine sărate, 500 g ceapă, 100 g morcovi, 100 ml ulei, oțet.

Aterinele se curăță cît este posibil de solzi, li se taie capetele, coditele și se curăță de intestine prin apăsarea burții, apoi se spală în mai multe ape reci, se scurg de apă și se pun într-un castron. Se adaugă ceapa tăiată foarte subțire, morcovi rași pe răzătoare, ulei, oțet și se amestecă. Se așază pe platou și se garnisesc cu felii de lămîie sau cu roșii, măsline și se presară cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

410. **Saramură de aterine**

Peștișorii, după ce sînt curățați de intestine, spălați în apă rece și bine zvîntați cu un șervet, se sărează și se înșiră pe un bețișor care trece prin urechile lor. În felul acesta se frig mai mulți deodată, sînt mai ușor de întors și se frig repede. Nu se lasă să se frigă pînă se rumenesc, ci pînă se auresc. Peste peștele fript se toarnă saramura preparată ca în rețeta 411.

411. **Saramură de biban**

Bibanul nu se curăță de solzi, i se scot numai branhiile și intestinele, în așa fel ca icrele să rămînă în pește. Se sărează, se frige pe grătar, pe plită sau pe o tablă pusă pe focul de aragaz și presărată cu sare de bucătărie (nu prea fină). Se frige peștele pînă se rumenește pe ambele părți, se rad cu un cuțit solzii pîrliți după care se așază într-o tavă. Deasupra se toarnă saramură preparată din apă caldă cu sare și ardei iuți tăiați sau cu boia de ardei și se lasă pe foc să dea într-un clocot. Se servește cu mămăliguță caldă.

412. **Saramură de plătică sau de caracudă**

Se prepară la fel ca saramura de biban, rețeta 411.

413. **Saramură de stavrizi**

Vezi *Saramură de biban,* rețeta 411.

414. **Stavrizi prăjiți**

Vezi *Pește prăjit,* rețeta 402.

415. **Calcan rasol**

Se taie capul calcanului, care nu se folosește, iar corpul se spintecă, se scot intestinele după care se spală bine cu foarte multă apă rece la robinet. Corpul calcanului se taie în felii fără să se curețe de solzi și de piele, ca să nu se fărîmițeze la fiert, se spală din nou cu multă apă rece ca să iasă mirosul de mîl; se usucă tamponînd cu un prosop curat, apoi se sărează și se lasă 10—20 min, după care bucățile se pun la fiert (v. rețeta 400). După ce calcanul a fiert, se poate curăța de solzi și de piele. Calcanul curățat de piele rămîne alb. Se servește cu sos vinegretă, remulad sau cald cu unt topit, felii de lămîie și cartofi natur presărați cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

416. **Calcan prăjit**

Calcanul se curăță, se spală și se taie la fel ca în rețeta anterioară, apoi se sărează, se piperează, se stropește cu zeamă de lămîie și cu puțin ulei și se lasă să stea 2—3 ore acoperit și ținut la rece.

Înainte de masă, bucățile de calcan se dau prin făină și se prăjesc în ulei bine încins. Se servește cu cartofi fierți, fierbinți, stropiți cu unt topit și presărați cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

417. **Caras prăjit**

Se curăță carasul de branhii, i se scot intestinele, se spală, se zvîntă, se sărează, apoi se dă p in făină amestecată cu boia roșie de ardei dulce și se prăjește în ulei bine încins. La carasul mare se taie capul și se aruncă, iar corpul se taie în bucăți.

418. **Caracudă prăjită**

Caracuda se curăță de solzișori, i se scot branhiile și intestinele și se spală bine, apoi se zvîntă, se sărează, se dă prin făină amestecată cu mălai și se prăjește în ulei încins.

419. **Pește oceanic prăjit (cod)**

Se prepară la fel ca în rețeta 402, „Pește prăjit".

420. **Pește oceanic rasol (cod)**

Vezi rețeta 400, „Pește rasol".

421. **File de pește oceanic pane**

Vezi rețeta 403, „File de pește pane."

422. **Peşte oceanic la grătar cu sos à la grec**

Se prepară la fel ca reţeta 405, „Peşte la grătar cu sos à la grec".

423. **Peşte oceanic cu usturoi (spaniol)**

Vezi reţeta 407, „Crap cu usturoi".

424. **Peşte oceanic cu ciuperci (cod)**

600 g file de cod sau alt peşte, 300 g ciuperci, 100 g ceapă, 100 ml ulei, 1 lingură făină, 1 lingură bulion, 1 lingură zeamă de lămîie, pătrunjel verde, sare, piper şi 1 ceaşcă de vin.

Peştele se spală, se zvîntă cu un şervet şi se taie în bucăţi potrivite, care se ung cu zeamă de lămîie, se sărează, se piperează, se dau prin făină şi se prăjesc în ulei bine înfierbîntat. După ce peştele s-a prăjit, uleiul rămas se scurge, strecurîndu-se într-o crăticioară în care se călește ceapa tăiată mărunt. Peste ceapa călită se adaugă ciupercile curăţate, spălate şi tăiate felii subţiri şi se călesc împreună pînă scade lichidul lăsat de ciuperci, după care se adaugă bulionul, vinul şi se stinge cu circa 1/2 l apă caldă. Se lasă să fiarbă 5—6 min, după care se adaugă peştele prăjit, se potriveşte de sare şi se mai lasă să fiarbă 5—6 min. Se serveşte cald sau rece, cu pătrunjel tăiat mărunt şi presărat pe deasupra.

425. **Cegă rasol**

1 kg cegă, 1 ceapă, 2-3 rădăcini de pătrunjel, 1 morcov, 1 foaie de dafin, sare, cîteva boabe de piper, 1/4 pahar de oţet.

Cega se spală şi se curăţă cu un cuţit de solzii de pe spinare şi după ce se scot intestinele se face o crestătură în lungimea şirei spinării, extrăgîndu-se nervul care dacă nu este scos, peştele se deformează în timpul fiertului.

Cega fiind un peşte cu corpul lung se fierbe într-un vas special pentru fiert peşte, ca să nu se deformeze. Se pune întîi la fiert zarzavatul tăiat felii în apă fierbinte, se adaugă condimentele şi după ce acestea sînt aproape fierte se introduce cega şi se fierbe lent 15—20 min. În momentul servirii se scoate cega din zeama în care a fiert şi se mai poate curăţa restul de piele cu solzi (se curăţă cu ajutorul unei furculiţe). Se aşază apoi pe un platou garnisit cu legume şi cu cartofi fierţi natur, stropiţi cu unt topit şi presăraţi cu pătrunjel verde tăiat mărunt. Cega se mai poate servi cu unt proaspăt sau cu sos olandez.

426. **Cegă prăjită**

Se curăţă cega la fel cum s-a arătat în reţeta 425, se taie în felii mai groase care se ung cu zeamă de lămîie, se sărează, se piperează, se dau prin făină şi se prăjesc în ulei amestecat cu unt. Se serveşte fierbinte cu cortofi proaspeţi fierţi natur peste care se presară pătrunjel verde tăiat mărunt şi se stropeşte cu unt topit. Se serveşte cu sos olandez.

427. **Cegă, calcan sau cod gratinat**

1/2 kg pește, 100 g unt, 60 g făină, 1/4 l lapte, sare, piper, 100 g caș-caval ras, 1-2 ouă.

Se curăță peștele și se pune la fiert cu apă și sare. După ce a fiert 15—20 min, se lasă în apa în care a fiert pînă se va răci puțin, după care se curăță carnea peștelui de oase. Între timp, se prepară un sos gros din 50 g unt, făină și lapte. După ce s-a îngroșat bine sosul, se ia la o parte de pe foc și după ce s-a răcit puțin se adaugă gălbenușurile, piper pisat și sare după gust, iar la urmă se amestecă și cu albușurile bătute spumă. Cu restul de unt se unge un vas de sticlă rezistent la foc, sau orice formă joasă, în care se pune o parte din compoziția de sos gros, peste acesta se așază carnea de pește fiartă și curățată de oase, iar deasupra se toarnă restul de sos, se presară cu cașcaval ras și se introduce în cuptor la temperatură potrivită. Se coace pînă se rumenește frumos, după care se servește la masă în vasul în care s-a copt. Se poate pregăti și în căpăcele de cîte o porție.

428. **Pește gratinat cu ciuperci**

1/2 kg pește alb (șalău, știucă, calcan sau pește oceanic), 100 g unt, 300 g ciuperci, 50 ml ulei, 1 ceapă, 60 g făină, 1/4 l lapte, sare, piper, 2 ouă, 100 g caș-caval ras.

Se curăță peștele, se fierbe și se desface carnea de pe oase.

Mai departe pregătirea se face la fel ca în rețeta precedentă, numai că în sosul gros se mai adaugă ciupercile călite separat.

429. **Chefal prăjit**

Se curăță chefalul, se spală, se zvîntă cu un șervet și se taie oblic în felii groase cam de un deget. Se ung apoi feliile cu zeamă de lămîie, se sărează, se piperează, se dau prin făină și se prăjesc în ulei bine înfierbîntat. Se prăjesc pe ambele părți pînă la culoarea aurie. Se servește cald sau rece.

430. **Chefal à la grec**

Se curăță chefalul, se spală, se taie în felii groase cam de 2 cm, care se stropesc cu zeamă de lămîie. Apoi se sărează, se piperează, se ung cu ulei, se așază într-o tavă unsă cu ulei și se introduc în cuptorul bine încins. Cînd feliile de chefal s-au rumenit, se scoate tava din cuptor, iar peste chefal se toarnă *sos à la grec*, care se pregătește astfel: se toarnă 100 ml ulei într-un castron, se adaugă pătrunjel tăiat mărunt, piper pisat, sare, 150 g sifon, zeamă de lămîie sau sare de lămîie (dizolvată în apă), după gust, și se bate cu telul agitîndu-se bine. Sosul à la grec trebuie să aibă gust picant și acrișor.

431. **Crap prăjit**

1 crap cam de 1,500-2 kg, 200 ml ulei, 50 g făină, 1 linguriță boia de ardei dulce, sare, 1 lămîie, cîteva foi de salată verde sau crenguțe de pătrunjel verde.

Se curăță crapul de solzi, se scot intestinele și se spală sub jet de apă la robinet. (Nu trebuie spălat într-un vas cu apă deoarece stînd în apă pierde din gust.). Se zvîntă bine cu un prosop curat, se sărează imediat și se lasă 1—2 ore, timp în care absoarbe sarea și se întărește. Se unge apoi cu lapte, se dă prin făină și se prăjește în ulei încins; dacă uleiul nu este bine încins, peștele fierbe în loc să se prăjească, pierzînd din gust, culoare și aspect. După ce peștele s-a prăjit, se trage tigaia de pe foc iute și se lasă pe foc mai slab, să se pătrundă înăuntru și să nu se ardă pe dinafară.

Se servește cu cartofi fierți natur, stropiți cu unt topit și presărați cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

Crapul prăjit se poate servi atît cald cît și rece cu felii de lămîie și garnisit cu foi de salată verde sau cu crenguțe de pătrunjel verde.

432. **Crap rasol**

Vezi rețeta 400 „Pește rasol".

433. **Crap la grătar**

Vezi rețeta 404, „Pește la grătar".

434. **Crap cu ciuperci**

Vezi rețeta 424, „Pește oceanic cu ciuperci".

435. **Crap pescăresc**

1 kg crap, 150 g ceapă, 150 g morcovi, 150 ml ulei, 2–3 ardei grași, 1 fir cimbru, 1 căpățînă de usturoi, 3 roșii mici, 50 g bulion, 100 ml vin, piper pisat, sare.

După ce crapul a fost curățat, spălat, și tăiat în bucăți, se sărează și se pune într-o tavă cu ulei. Se adaugă usturoi tăiat mărunt, ardei gras tăiat felii, piper și cimbru. Se unge și peștele cu ulei și se introduce tava în cuptorul încins, iar cînd peștele s-a rumenit, se pune deasupra fiecărei felii de pește cîte o roșie mică tăiată în sferturi, după care se mai lasă la cuptor pînă se rumenesc roșiile.

Între timp, se prepară următorul sos: se rumenesc în ulei ceapa și morcovul, apoi se sting cu bulion subțiat cu apă. Se toarnă peste sos zeama de oase de pește sau apă caldă, cam 1/2 l, și vinul. Se lasă să dea în fiert, apoi se strecoară și se toarnă sosul peste pește și împreună se mai dau într-un clocot, pe mașina de gătit sau la cuptor. La fel se prepară și alte feluri de pește.

436. **Crap à la grec**

Se prepară la fel ca în rețeta 430, „Chefal à la grec".

437. **Saramură de crap**

Vezi rețeta 406, „Saramură de pește".

438. **Crap marinăresc**

1 kg crap, 100 ml ulei, 100 g ceapă, 200 ml vin roșu, 300 g ciuperci, 1/2 kg ceapă arpagic, piper, sare, 1 lingură de făină, 1 lingură de ulei, zeamă de pește.

Se încinge bine uleiul și se pune ceapa tocată foarte mărunt, lăsînd-o să se înmoaie, fără însă a se rumeni. Se pune deasupra peștele tăiat bucăți, se adaugă vin roșu, piper și sare, se unge peștele cu ulei și se introduce în cuptor, lăsîndu-l să se înăbușe (brezeze), avînd grijă ca ceapa să nu se ardă.

Cînd s-a încins bine peștele, se adaugă ciupercile care au fost, în prealabil, călite într-o tigaie, arpagicul de asemenea înăbușit, precum și un sos preparat dintr-o lingură de făină prăjită și rumenită cu o lingură de ulei, stinsă cu zeamă de pește (supă din oase sau din cap fiert), atît cît sosul să rămînă potrivit de legat, și se introduce în cuptor pentru 5 min.

439. **Plachie de crap sau de pește oceanic**

1 kg crap, 150 ml ulei, 1,5 kg ceapă, 75 g bulion, 1/2 căpățîni de usturoi, 50 ml vin, 1 g piper, 1-2 fire cimbru, 2 foi de dafin, zeamă de pește, sare, oțet.

După ce se curăță și se spală, se taie peștele în felii care se prăjesc numai pe jumătate în ulei. Se scoate peștele din tavă și în același ulei se pune ceapa tăiată subțire și se lasă să se prăjească pînă capătă culoare aurie. Cînd ceapa este aproape prăjită se adaugă usturoiul tăiat. Se stinge cu vin, bulion și zeamă de pește, după care se adaugă sare, boabe de piper, foi de dafin și cimbru.

Se toarnă sosul într-o tavă, se pun bucățile de crap, iar peste ele se pun felii de roșii. Se introduce tava în cuptor pînă se rumenesc peștele și roșiile. Se poate servi rece sau cald.

440. **Marinată de crap sau alte specii de pește**

1 kg crap sau alte feluri de pește, 100 ml ulei, 1 morcov, 2 cepe, 1 țelină, 50 g bulion, 100 ml oțet, 1 lingură făină, 1-2 foi dafin, boabe de piper, sare, cimbru, lămîie.

Peștele se curăță, se spală, se taie în bucăți, se sărează și se rumenește în ulei bine încins. Pentru marinată, peștele se rumenește doar, deoarece mai fierbe în sosul marinat. În uleiul rămas de la pește, se prăjesc împreună morcovul, țelina, toate tăiate felii. Se adaugă la urmă ceapa și o lingură de făină și se stinge după 1—2 min cu oțet, bulion și puțină boia, adăugînd apă după nevoie. Se lasă să fiarbă sosul 30 min, se potrivește de sare și oțet (marinata trebuie să fie acrișoară), apoi se strecoară.

Crapul prăjit se pune într-o tavă și peste el se toarnă sosul preparat. Se mai adaugă 2 foi de dafin, 1 fir de cimbru și se lasă să dea o dată în fiert. Se recomandă ca după ce a dat în fiert, să se introducă în cuptor pentru circa 10 min.

Marinata se servește numai rece, aranjată pe un platou și garnisită cu felii de lămîie.

441. **Lapți de crap, prăjiți**

În momentul în care se scot lapții din pește (cu mare grijă ca să nu se spargă fierea, iar dacă s-a spart se înlătură partea care a fost stropită

de fiere),se spală imediat și se țin în apă rece 1—2 ore, schimbîndu-se apa între timp. Se opăresc cu apă fiartă și după ces-aurăcit se sărează, se formează chifteluțe care se dau prin făină și apoi se prajesc în ulei încins, pe ambele părți.

442. **Crap, sau alt pește, sîrbesc**

1 kg pește, 200 ml ulei, 1/2 kg ceapă, 1 kg cartofi, 1/2 kg ardei gras, 100 g bulion, 100 ml vin, 2 fire cimbru, 1 legătură pătrunjel, 1 g piper, boia, zeamă de pește, sare.

După ce se curăță și se spală, se taie crapul (sau orice alt fel de pește) în felii care se prăjesc în ulei bine încins, pînă capătă culoare aurie. În același ulei se prăjesc cartofii tăiați în cuburi mici. După cartofi se prăjesc ardeii grași tăiați felii, ceapa tocată mărunt, la care se adaugă bulionul, vinul,puțină boia de ardei, cimbru, pătrunjel, sare și zeamă de pește sau de oase de pește (în cantitate mică ca să nu se subțieze sosul prea mult).

Peștele, cartofii, ardeii grași și ceapa se prăjesc numai cît să se rumenească.

Se ia o tavă în care se pun întîi cartofii, apoi ardeii grași, sosul cu ceapă, iar deasupra se aranjează peștele. Peste bucățile de pește se pun felii de roșii și se introduce tava în cuptor, lăsînd să dea bine în fiert pînă ce sosul scade suficient, iar crapul se rumenește. Se servește cald sau rece.

443. **Crap pe varză**

1 kg crap, 150 ml ulei, 50 g bulion, 100 ml vin, 1-2 kg varză, 1 foaie de dafin, 1 fir de cimbru, piper boabe, 300 g roșii.

Se încinge uleiul într-o tavă și se stinge cu bulion și vin. Se adaugă varza tocată foarte fin, boabele de piper, foaia de dafin, cimbrul și se introduce tava în cuptor, lăsînd varza să se călească. După ce varza s-a înmuiat, se pune deasupra crapul tăiat în felii sau spintecat în două, crestat și uns cu ulei, peste crap punîndu-se felii de roșii. Se introduce din nou tava în cuptor pînă se rumenește și peștele.

444. **Crap cu ciuperci și smîntînă**

1 kg crap (sau 10-12 felii din orice specie de pește), 300 g ciuperci, 100 ml ulei, 1 lingură făină, 100 g smîntînă, 1 legătură pătrunjel verde, 1/2 lămîie, sare, piper.

Se spală și se taie ciupercile în felii, se stropesc cu zeamă de lămîie și se lasă la o parte pînă se va pregăti peștele.

Crapul se curăță, se spală și se taie (înlăturînd capul și coada) în felii care se sărează, se dau prin făină și se prăjesc în ulei bine înfierbîntat. (Peștele se prăjește numai cît să se rumenească pe deasupra, deoarece se mai fierbe împreună cu ciupercile.) În uleiul rămas de la prăjirea peștelui se călesc ciupercile timp de 10—15 min, după care se sting cu 1/2 l de apă,se adaugă pătrunjelul verde tăiat, smîntîna, sare și piper, după gust. Se lasă să dea în fiert, apoi peste acestea se așază peștele și se introduce cratița în cuptor pentru circa 10—12 min. Se servește cald.

445. **Ghiveci de crap, sau alte specii de peşte**

Se prepară la fel ca şi crapul sîrbesc (v. reţera 442), adăugîndu-se în plus diverse legume şi zarzavaturi ca la orice ghiveci. Se prepară cu ulei şi se poate servi cald sau rece.

446. **Crap sau alte specii de peşte cu roşii**

1 kg peşte (crap, ştiucă, şalău, calcan, somn etc.), 60 ml ulei, 100 ml vin sau apă, pătrunjel verde.

Se curăţă peştele, se înlătură capul şi coada, iar partea rămasă se taie în bucăţi care se sărează şi se pun într-o tavă unsă bine cu ulei. Se introduce în cuptorul bine încins, ungîndu-se din cînd în cînd peştele cu uleiul din tavă. Cînd peştele este gata, se scoate şi se pune pe un platou, iar în tava în care s-a fript se adaugă restul de ulei, usturoiul tocat şi se călesţe pînă începe să se prăjească, adăugîndu-se imediat roşiile curăţate de pieliţe, sare şi piper după gust, apoi se lasă să se mai călească 10 min, după care se adaugă vinul. Se răstoarnă apoi peste peştele aranjat pe platou. La servire se presară cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

447. **Crap cu orez (pilaf de peşte)**

1 kg peşte, 100 ml ulei, 2 cepe, 150 g orez, 1 linguriţă bulion, piper, sare.

Se curăţă peştele, se înlătură capul şi coada, iar restul se taie în bucăţi şi se presară cu sare. Ceapa tăiată mărunt se pune la călit într-o cratiţă cu ulei şi cînd s-a călit puţin se adaugă orezul (ales, spălat şi bine scurs), lăsînd să se prăjească împreună cîteva minute. Se pune apoi bulion şi se stinge cu apă sau cu zeamă de peşte (apa în care s-a fiert capul şi coada peştelui). Se lasă să fiarbă 10 min, după care se pun bucăţile de peşte, iar deasupra fiecăreia cîte o felie de roşie.

Se stropeşte peştele cu ulei şi se introduce în cuptor unde se ţine pînă se umflă orezul, iar peştele se rumeneşte puţin pe deasupra.

448. **Crap umplut cu orez şi stafide**

1,500 kg crap, 1/4 kg ceapă, 100 ml ulei, 70 g orez, 50 g stafide, 50 g pîine albă, 1 ou, 1 lingură pătrunjel verde tăiat mărunt, 1 linguriţă de bulion, sare şi piper.

Se alege un crap mare, se curăţă de solzi, se despică în lung pe la şira spinării care se scoate şi tot pe acolo se scot intestinele, icrele sau laptii (fără să se taie la burtă). Apoi se mai scot urechile şi osul amar. După ce se spală, peştele se usucă cu un şervet, se sărează şi se lasă să stea pînă se pregăteşte umplutura. Se toacă mărunt ceapa, se înăbuşă în ulei şi cînd s-a rumenit se adaugă orezul spălat şi bine scurs de apă şi se lasă să se prăjească cîteva minute, după care se stinge cu zeamă de peşte sau de legume. Se potriveşte de sare şi piper. Se acoperă cu un capac şi se ţine la cuptor sau pe ochiul aragazului (acoperit cu un disc de tablă groasă şi cu focul cît se poate de mic). Orezul se înăbuşă cam 15—20 min, după care se lasă să se răcească, apoi se amestecă cu miezul de pîine albă înmuiată în lapte, ou, stafidele înmuiate şi cu pătrunjelul tăiat mărunt.

Se umple crapul pregătit cu această pastă şi se coase tăietura de pe

șira spinării în așa fel ca peștele să-și recapete forma normală, se leagă cu o ață groasă în 4—6 locuri, ca să nu se desfacă, se unge cu ulei și se pune într-o tavă unsă și ea cu ulei. Se introduce în cuptor și, în timp ce se coace, se unge peștele mereu cu ulei din tavă, ca să se rumenească uniform. Cînd este gata se lasă să se răcească, apoi se scoate ața și se taie în curmeziș (oblic), în așa fel încît atunci cînd se va așeza pe platou să aibă aspect de pește întreg, cu cap și coadă. Se garnisește cu frunze de salată verde și cu salată de sfeclă roșie cu hrean sau cu altă salată.

449. **Crap umplut cu ciuperci**

Se prepară ca în rețeta anterioară, cu deosebirea că în loc de orez se folosesc pentru umplut ciuperci călite amestecate sau nu cu orez fiert sau înăbușit.

450. **Crap umplut cu umplutură de pește**

1 crap de 1,500 kg care se umple, iar pentru umplutură încă *1 kg de crap, 100 ml ulei, 100 g franzelă, 2–3 ouă, sare, piper, pătrunjel verde, 100 g ceapă.*

Crapul pentru umplut se pregătește la fel ca în rețeta 448. După ce se curăță și se scoate șira spinării, se mai poate scoate și o parte din carnea peștelui, în așa fel încît să nu se rupă pielea. Din crapul de 1 kg se ia toată carnea de pe oase și împreună cu carnea de la primul pește, la care se mai adaugă ceapa călită, franzela înmuiată în lapte și bine scursă, ouăle, pătrunjelul verde tăiat mărunt, sare și piper, după gust, se trec prin mașina de tocat cu sită rară, se amestecă și cu compoziția rezultată se umple crapul. Mai departe se pregătește la fel ca și crapul umplut cu orez.

451. **Crap la cuptor cu sos scordolea de nuci**

1,200 kg crap, 300 g miez de nucă, 100 g pîine albă, cîțiva căței de usturoi, 200 ml ulei, oțet sau 1 lămîie, sare.

Se curăță, se spală și se porționează crapul fără cap. Se sărează feliile, se ung cu ulei și se pun într-o tavă unsă tot cu ulei, după care se introduc în cuptorul bine încins, unde se coc pînă se rumenesc. Apoi se scot pe un platou, iar sosul scordolea se servește alături în sosieră. Pentru sos vezi rețeta 167.

452. **Papricaș de crap, somn, șalău sau cod**

1,200 kg pește, 300 g ceapă, 150 ml ulei, 50 g usturoi, 1 fir cimbru, 1/2 foaie dafin, 50 g bulion, 1/2 pahar vin, 1 kg cartofi, 300 g roșii, sare, boia sau piper.

Se taie crapul în bucăți, se sărează și se prăjește în ulei pînă se rumenește puțin. În același ulei se prăjește ceapa tăiată mărunt, la care se adaugă bulion, boia roșie de ardei, cimbru, se stinge cu 1 l de apă și se lasă să dea în fiert. Separat se călesc cartofii curățați de coajă, spălați și taiați în cuburi mici, prăjindu-se numai cît se rumenesc, căci se mai fierb împreună cu peștele.

Se ia o tavă în care se pun întîi cartofii, apoi peștele prăjit (pe jumătate) și sosul. Se potrivește de sare și se adaugă vinul, dar deasupra se aranjează roșiile tăiate în bucăți. Se introduce tava în cuptor, lăsînd sa

dea bine în fiert, pînă ce cartofii sînt gata, iar sosul scade suficient. Se servește cald, cu pătrunjel tăiat mărunt presărat pe deasupra.

453. **Piftie de crap**

1-2 crapi, 100 g ceapă, 1 1/2 l apă, 1 linguriță zahăr, cîteva boabe de piper, usturoi, sare.

Se curăță, se spală și se taie peștele în bucăți, care se pun la fiert împreună cu capul de la care s-au scos branhiile și osul amar. Trebuie să fie numai atîta apă cît să cuprindă peștele, la care se adaugă sare, piper boabe, zahărul, ceapa și o rădăcină de pătrunjel și se fierbe foarte lent 1/2 oră. Cînd peștele este fiert se scoate, se așază într-un castron și se acoperă cu un șervet umed (ca să nu se usuce carnea pînă se va turna zeama). Dacă se constată că zeama în care a fiert peștele nu este suficient de concentrată, se mai lasă să fiarbă în continuare pe foc moale. Constatarea se face astfel: se picură într-o farfurioară mică cîteva picături din zeama de pește și se pun la frigider, unde se țin 5—6 min; dacă zeama se încheagă înseamnă că este gata, dacă nu, se mai fierbe puțin și apoi se face din nou proba la frigider

Cînd zeama este gata se ia vasul de pe foc, se lasă puțin să se răcească, apoi se adaugă usturoi pisat, se gustă de sare și se strecoară peste peștele fiert aranjat în castron sau pe un platou adînc. De obicei, piftia de crap mare se aranjează într-un platou adînc, în forma inițială a crapului întreg și pe margine se garnisește cu bucăți de morcovi, ouă fierte, cu felii de lămîie fără coajă și cu crenguțe de pătrunjel verde.

Piftia se ține la rece pînă la servire. Se servește cu salată de sfeclă cu hrean sau cu smîntînă groasă și hrean.

Dacă dorim mai multă zeamă de pește și ca să fim siguri că se încheagă mai tare, se pot adăuga la 1 1/2 l de zeamă o lingură rasă de gelatină granule sau 5—6 foi de gelatină, înmuiată mai din timp în apă rece și apoi scursă bine.

454. **Chifteluțe de pește de apă dulce sau oceanic**

600 g pește curățat și fără oase, 100 g ceapă, 100 g pîine, 1/4 l lapte, 1-2 ouă, 1 legătură pătrunjel, sare, piper, făină și ulei pentru prăjit.

Peștele crud, fără oase, se trece prin mașina de tocat, împreună cu miezul de pîine înmuiat în lapte și scurs bine, ceapa tăiată mărunt și călită puțin în ulei. Apoi, în tocătura obținută se adaugă ouăle crude, pătrunjelul tăiat foarte mărunt, sare, piper pisat și se amestecă bine. Din compoziție se fac chifteluțe care se dau prin făină sau pesmet alb și se prăjesc în ulei încins. Se servesc calde sau reci, cu sau fără sos, cu diferite salate sau garnituri de cartofi ori cu legume sote.

455. **Crochete de pește de apă dulce sau oceanic**

600 g pește fiert sau fript, 100 g unt, 100 g făină, 1/2 l lapte, 2-3 ouă, sare, piper, pesmet și ulei pentru prăjit.

Se prepară mai întîi un sos alb astfel: se pune untul într-o crăticioară pe foc moale, se adaugă făina, se amestecă pînă începe să capete culoarea gălbuie, se stinge cu lapte și se mai amestecă pînă se îngroașă. Se potrivește de sare, piper și se adaugă carnea de pește fiartă sau friptă, curățată de oase, se zdrobește mărunt și se amestecă bine cu sosul.

Din această compoziție se modelează crochete de grosimea unui deget și lungi de circa 4—5 cm, care se trec prin făină sau numai prin pesmet, după aceea prin ouă bătute și din nou prin pesmet și se prăjesc în ulei bine încins. În timpul prăjitului, crochetele trebuie întoarse mereu, ca să nu se ardă. Se servesc calde, stropite cu unt topit.

456. **Crap la proțap (rețetă turistică)**

Se curăță și se spală peștele, se despică în două în lungime, se sărează, apoi se înfige într-un proțap (țepușă) din lemn, de la coadă spre cap. Dacă peștii sînt mari se pun bețișoare în interior (abdomen) desfăcîndu-i de-a latul, pentru ca să fie pătrunși bine de foc. Țepușele cu pește se așază cu spinarea spre jar, sprijinite cu o proptea.

Peștele se frige întîi pe partea mai groasă (pe spinare), apoi se întoarce pe burtă, care este mai subțire și se frige mai repede. Cînd este aproape gata se presară cu piper, cimbru sau se unge cu mujdei de usturoi dizolvat cu puțin ulei sau vin.

457. **Crap întreg la cuptor**

Crapul se curăță de solzi, se taie la burtă, se scot intestinele (cu precauție să nu se spargă fierea) și se spală repede în apă rece. Apoi se zvîntă bine cu un șervet, se crestează în cîteva locuri, se sărează, se piperează și se așază pe o tavă unsă cu ulei din abundență. Pentru ca peștele să-și păstreze forma întreagă, se introduce în abdomenul lui o sticlă goală de bere, iar dacă peștele (crapul) este mare se folosește o sticlă de șampanie și se leagă în cîteva locuri cu o ață mai groasă. Se unge cu ulei și se introduce în cuptorul bine încins. Din cînd în cînd se mai unge peștele cu uleiul din tavă și cînd este aproape gata se presară cu încă puțin piper și cimbru. Crapul se așază într-un platou pescar, apoi cu atenție se scoate sticla. Uleiul rămas în tavă se stinge cu un pahar de vin în care s-a dizolvat o linguriță de pastă de roșii sau suc de roșii.

Se garnisește cu diferite legume sotate și cu sosul strecurat servit alături în sosieră.

458. **Guvizi prăjiți**

După ce li se scot branhiile și intestinele, guvizii se spală în apă rece, se sărează, se lasă 10—20 min după care se dau prin făină și se prăjesc într-o tigaie în ulei încins. Pentru ca să se rumenească frumos, guzivii trebuie puși la prăjit astfel ca să nu se atingă unii de alții.

459. **Lin prăjit**

Se prepară la fel ca guvizii prăjiți, rețeta 457.

460. **Păstrăvi rasol**

1 kg păstrăvi, 1 ceapă, 1 morcov, 1 rădăcină de pătrunjel, 1 foaie de dafin, cîteva boabe de piper, pătrunjel verde, sare, oțet, 1 lămîie, cîțiva cartofi, 100 ml ulei sau unt.

Fiind un pește foarte sensibil, păstrăvul se ține tot timpul la gheață.

Se ia un vas potrivit pentru cantitatea respectivă de păstrăvi, în care se fierbe zarzavatul circa 30 min, apoi se pun păstrăvii curățați și spălați,

lăsîndu-se să fiarbă foarte încet 3—6 min, ca să nu se fărîmițeze. În momentul în care s-au pus păstrăvii la fiert, se adaugă cîteva linguri de oțet.

Păstrăvii se lasă să se răcească în zeama în care au fiert, după care se scot și se pun pe platou. (Cine dorește să-i curețe de piele, trebuie să-i scoată din zeamă puțin calzi, altfel nu se curăță ușor).

Se toarnă deasupra un sos preparat din ulei, oțet, pătrunjel verde tăiat mărunt și zeamă în care a fiert peștele, sau se servește peștele cald, cu cartofii și legumele cu care a fiert împreună. Se stropește cu unt fierbinte și se presară cu pătrunjel verde tăiat mărunt. Se poate servi și cu felii de lămîie.

461. **Păstrăvi cu mujdei de usturoi**

Se prepară la fel ca în rețeta anterioară, însă în loc de sos se servesc cu unt înfierbîntat și cu mujdei de usturoi.

462. **Păstrăvi à la grec**

Păstrăvi, sare, sos à la grec, lămîie.

Se prepară la fel ca și chefalul à la grec (v. rețeta 430).

463. **Păstrăvi prăjiți**

Se prepară la fel ca orice pește prăjit.

464. **Păstrăvi în aspic**

5–6 păstrăvi (mici sau de aceeași mărime), 30 g gelatină, 100 ml vin roșu, legume pentru supă.

Se fierbe păstrăvul ca în rețeta 460, apoi se curăță de piele, se aranjează pe un platou și se ornează fiecare păstrăv în parte, cu bucăți de legume, după care se lasă să se răcească.

În apa în care a fiert peștele se adaugă vinul și gelatina, se amestecă împreună pe foc moale pînă se dizolvă gelatina bine, după care se strecoară totul prin tifon pus dublu și se lasă să se răcească fără să se închege. Apoi se toarnă peste păstrăvii aranjați pe platou lăsîndu-se să se răcească în continuare pînă se încheagă lichidul, formînd aspicul. Se servește cu sos scordolea.

465. **Păstrăvi în aspic cu salată à la rus**

Se prepară ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că păstrăvii se aranjează pe un platou de salată à la rus și apoi se napează cu aspic (preparat din apa de la fiertul păstrăvilor în care s-a adăugat gelatină, sau după rețeta 1541).

466. **Ghiveci de păstrăvi**

Se prepară la fel ca și ghiveciul de crap (v. rețeta 445).

467. **Păstrăvi cu smîntînă**

Păstrăvi mici, unt, pesmet, smîntînă, vin, pătrunjel verde.

Se prepară din păstrăvi foarte proaspeți (vii).

Se unge o tavă cu unt și ulei, se așază păstrăvii întregi, puțin crestați (după ce au fost în prealabil spălați și li s-au scos intestinele și urechile), se sărează, se presară cu pesmet alb și se introduc în cuptor.

După ce păstrăvii s-au rumenit, se toarnă deasupra smîntînă încălzită bine, vin și o legătură de pătrunjel legată cu ață. Se lasă să fiarbă 10 min, după care se scoate legătura de pătrunjel, iar peștele se aranjează pe platou.

468. **Pălămidă**

Pălămida este o specie de pește marin fără prea multe oase. Se prepară în diverse feluri ca și crapul. Are carnea grasă și roșcată la culoare.

469. **Chefal**

Specie de pește marin, asemănător cu pălămida, chefalul se prepară, în diverse feluri, ca și crapul.

470. **Chitici**

Chiticii sînt peștișori mici, care se prepară nespintecați. Cei mai mari se taie sub gură și prin tăietura respectivă se scot intestinele prin apăsare. Peștișorii se spală cu multă apă rece, se presară cu mălai (făină de porumb mare), se freacă între mîini și din nou se clătesc cu apă rece, astfel curățindu-se de solzi. Din ei se prepară ciorbă sau se prăjesc.

471. **Chitici prăjiți**

Peștișorii se curăță și se spală, așa cum s-a arătat în rețeta precedentă, apoi se sărează, se dau prin făină de grîu amestecată cu făină de porumb (mălai) și se prăjesc în ulei încins, astfel ca să nu se lipească între ei.

472. **Morun sau nisetru rasol servit cald**

1,200 kg morun sau nisetru, 1 morcov, 1 rădăcină de pătrunjel, 1-2 cepe, 1/2 țelină, cîteva boabe de piper, 1 lingură de oțet, sare, lămîie, pătrunjel verde, unt sau ulei.

Se curăță peștele de solzi, răzîndu-se cu cuțitul și plăcuțele osoase, apoi se taie pe lungime în fîșii groase ca mîna. Se presară cu sare, se unge cu lămîie și se lasă să stea pînă fierbe zarzavatul. Cînd zarzavatul este aproape fiert, se adaugă o lingură de oțet și se introduc bucățile de pește (1 sau 2 bucăți). Se fierbe lent, pînă cînd este gata, încercîndu-se cu o furculiță; dacă furculița intră ușor în pește, acesta este gata. Se ia vasul de pe foc și se lasă cu peștele în zeama în care a fiert pînă se va răci.

Numai după ce s-a răcit se taie în felii subțiri, de grosimea unui deget. Se așază feliile pe un platou lung bine încălzit, garnisit cu cartofi fierți chiar atunci și peste acestea se toarnă unt fierbinte cu lămîie și se presară verdeață. Se poate garnisi cu morcovi fierți tăiați în felii, cu felii de lămîie și pe margine cu frunze de salată verde.

473. **Rasol de morun sau nisetru servit rece**

Se prepară la fel ca în rețeta 472, numai că untul se înlocuiește cu ulei din care se prepară un sos cu puțină zeamă de la fiertul peștelui, în care se mai adaugă zeamă de lămîie sau oțet, piper pisat și sare, după gust.

474. **Rasol de morun sau nisetru cu sos remulad**

Se prepară ca cel din rețeta 472, numai că se servește fără cartofi și alte legume, în schimb se servește cu diferite sosuri adecvate: sos remulad, sos vinegretă, scordolea sau cu maionează.

475. **Morun sau nisetru prăjit**

Vezi „Pește prăjit" (rețeta 402).

476. **Morun sau nisetru la grătar**

Peștele, fiind mare și cărnos, se taie în felii, acestea se sărează, se ung cu ulei și se frig pe un grătar bine încins, pe ambele părți, pînă capătă dungi rumenite de la grătar. Se servește cu unt condimentat (unt frecat cu sare, piper, zeamă de lămîie și cu pătrunjel verde tăiat mărunt), cu unt topit amestecat cu zeamă de lămîie și pătrunjel verde tăiat mărunt, sau cu sos à la grec. După gust, se poate servi cu garnitură de cartofi natur proaspăt fierți.

477. **Frigărui de morun sau nisetru**

Morun sau nisteru, sare, ulei, sos à la grec, lămîie.

Se taie peștele în felii mai groase, care la rîndul lor se împart în bucățele mai mici. Aceste bucăți se înfig cîte 4—5 pe bețișoare de lemn sau pe frigărui de inox. Se sărează, se ung cu ulei, apoi se frig la grătar, întorcîndu-le pe toate părțile. Cînd sînt gata fripte se aranjează pe un platou și se servesc cu sos à la grec si garnisite cu felii de lămîie.

478. **Morun sau nisetru pane**

Peștele curățat se taie în felii, se sărează, se piperează, se dă prin făină, ou bătut și prin pesmet alb. Se prăjește cu atenție, ca să nu se ardă pesmetul și în același timp să nu rămînă peștele crud în interior.

Se servește cald, stropit cu unt fierbinte, cu felii de lămîie și cu garnitură de cartofi natur presărați cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

479. **Ghiveci de morun sau nisetru**

Vezi rețeta 445, „Ghiveci de crap".

480. **Marinată de morun sau nisetru**

Vezi rețeta 440 „Marinată de crap".

481. **File de morun sau nisetru în aspic**

600-800 g (o bucată) de morun sau nisetru, 1 kg de salată à la rus sau de legume cu maionează, 300 g aspic.

Se fierbe bucata de morun sau nisetru, se lasă să se răcească bine, apoi se taie în felii.

Se formează pe un platou lung un postament de salată, cam de două degete înălțime, pe care se aranjează feliile de pește una lîngă alta, în așa fel ca între ele să rămînă spațiu de cîte 1 cm, în care urmează să se aranjeze diferite ornamente din legume. Apoi peste acestea se glasează (se napează) cu aspic, iar de jur-împrejurul postamentului de salată se garnisește cu bucăți de aspic.

482. **Şalău prăjit**

Vezi rețeta 402, „Pește prăjit".

483. **Şalău rasol**

Vezi rețeta 400, „Pește rasol".

484. **Şalău file în aspic**

Șalău, aspic, legume pentru ornat.

Se fierbe șalăul întreg sau tăiat (fileuri), în zeamă de legume pregătită la fel ca pentru pește rasol.

După ce s-a răcit în zeama în care a fost fiert, se scoate cu mare grijă ca să nu se rupă, se curăță de piele și se așază pe un platou pescar. Se ornează cu bucăți de legume, iar după ce s-a răcit bine se glasează cu aspic. La servire se garnisește cu aspic tăiat în forme dorite și cu sos de maioneză sau cu sos scordolea.

Pentru pregătirea aspicului (v. rețeta 1541) se folosește ca bază de lichid zeama de pește la care se adaugă gelatină (30—40 g la 1 l).

485. **File de şalău pe salată à la rus**

Din șalău se scot fileuri și se fierb la fel ca în rețeta anterioară. La urmă se aranjează pe un postament de salată à la rus și se decorează cu maioneză.

486. **Şalău cu maioneză**

1 kg șalău, 300 g maioneză, 1 lămîie, sare, piper, iar pentru ornat: măsline, salată verde sau pătrunjel.

Peștele, fiert ca pentru rasol, se curăță bine de toate oasele, apoi se amestecă cu o parte din maioneză, sare și piper, după gust. Se amestecă lejer, se dă forma unui pește și se ornează cu maioneză, după care se mai garnisește cu felii de lămîie, măsline, foi de salată verde sau cu pătrunjel verde.

487. **Şalău cu roşii provensal**

1 kg șalău, 500 g roșii, cîțiva căței de usturoi, 100 ml vin, 60 ml ulei, 50 g unt, piper, pătrunjel verde.

Se curăță șalăul, se taie în felii, care se sărează, se pun într-o tavă și se ung cu ulei. Se presară deasupra usturoi tocat mărunt și piper pisat, apoi se introduc în cuptor.

Cînd peștele s-a rumenit, se pune deasupra fiecărei bucăți cîte o felie de roșie și se mai lasă în cuptor pînă se rumenesc roșiile, se stinge cu vin, se mai adaugă restul de roșii călite în unt și se presară cu pătrunjel verde.

488. **Rulouri de șalău pe salată à la rus**

Șalău (5-6 fileuri), 1 kg salată à la rus, sos remulad.

Se scot fileurile de pe oase și se taie în bucăți de mărimea necesară pentru rulouri. Se bat ușor fileurile cu un ciocan de lemn, apoi se rulează cu pielea înăuntru, altfel la fiert nu se mai menține ruloul. Pentru mai multă siguranță, fiecare rulou se poate prinde cu o scobitoare. Se pun la fiert într-un vas cu apă rece cu sare și pentru gust se mai adaugă cîteva felii de ceapă, boabe de piper și o linguriță de oțet. După ce a dat în fiert, se ia imediat vasul de pe foc, lăsînd rulourile să se răcească în apa în care au fiert (dacă se scot calde din zeamă, ele se înnegresc). După ce s-au răcit se scot din zeamă, se lasă să se scurgă pe un șervet, apoi se aranjează pe un platou deasupra unui postament de salată, înalt cam de două degete. Rulourile se aranjează la rînd, se ornează după plac și se glasează cu aspic sau se decorează numai, șprițuind cu maioneză. Se servesc cu sos de maioneză (remulad).

489. **Medalioane de șalău sau de orice pește alb, știucă sau cod**

400-500 g pește, 300 g maioneză, 200 g aspic, 600 g salată à la rus și legume pentru ornat.

Se fierbe peștele, se curăță de oase și de piele, se sfărîmă, se potrivește de sare și de piper, apoi se amestecă cu 100 g maioneză în care s-a adăugat jumătate din aspicul lichid. Se lasă să se închege la rece și, după ce s-a întărit compoziția, se formează medalioane rotunde, în felul următor: se ia o formă rotundă fără fund, cu diametrul de 7 cm și înaltă de 1/2 cm; se pune pe un fund de lemn, se umple cu compoziția de pește, se netezește deasupra cu cuțitul, apoi se ridică forma și rămîne medalionul format. Pe un platou se pune salată, eventual formată tot cu forma ca și medalionale, peste care se așază medalioanele de pește. Apoi se glasează cu restul de aspic și după ce acesta s-a întărit se ornează, după gust, iar de jur-împrejur se șprițuiește cu maioneză.

490. **Șalău marinat**

Se prepară la fel ca marinata de crap (v. rețeta 440).

491. **File de șalău gratinat**

Pentru 6 porții: *1,200 kg șalău, 100 g unt, 60 g făină, 1/2 l lapte, 2 ouă, 60 g cașcaval, 1/2 pahar vin, ceapă, sare, piper.*

După ce peștele a fost curățat, se scot fileuri, se sărează și se înăbușă în puțin unt, ceapă tăiată foarte mărunt și vin. Între timp se pregătește sosul din restul de unt, făină și lapte, apoi se mai adaugă ouăle, sare și piper, după gust. Se unge cu unt un platou care rezistă la cuptor sau un vas de sticlă rezistentă la foc (Jena), în care se pune o parte din sos și se întinde pe fund, după care se așază fileurile de pește, iar peste ele se toarnă restul de sos, se presară cu cașcaval ras, se stropește cu unt și se introduce în cuptor. Se ține în cuptor pînă se gratinează.

492. **File de şalău cu ciuperci, gratinat**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, numai că în sos se mai adaugă 200 g ciuperci înăbuşite.

493. **Zacuscă de şalău, crap, somn sau cod**

1 kg peşte, 500 g morcovi, 150 g ceapă, 300 g mazăre, 300 g arpagic, 100 g măsline, 300 g castraveţi acri, 200 ml ulei, 100 g bulion, 100 ml vin, sare, piper.

Se taie peştele în felii care se prăjesc într-o cratiţă cu ulei bine încins, numai atît cît să se strîngă peştele şi să capete culoare aurie. În uleiul în care s-a prăjit peştele, se pun morcovii tăiaţi în cuburi mici care, de asemenea, se prăjesc puţin; după morcovi se prăjeşte ceapa tăiată subţire pînă capătă culoare aurie, apoi se stinge cu bulion, vin, completîndu-se cu apă. Separat se înăbuşă castraveciori acri tăiaţi în rondele. De asemenea, se fierb separat măsline. Apoi toate se toarnă într-o tavă, se mai adaugă mazărea fiartă, boabe de piper, sare, după gust, vin şi peste acestea se aşază peştele şi se introduce tava în cuptor unde se ţine pînă se rumeneşte.

Este mai gustoasă dacă se serveşte a doua zi.

494. **Somn**

Somnul cu greutate între 300 g şi 3 kg se numeşte *somotei*, cel de la 3 kg pînă la 7—8 kg se numeşte *iarma*, iar cel ce trece peste această greutate se numeşte *pană de somn*.

Pentru a se curăţa, somnul se freacă bine cu o cîrpă aspră cu sare mare, pînă ce pielea devine albă şi dispare mirosul neplăcut de mîl. Se scot intestinele şi branhiile, apoi se spală în mai multe ape reci.

495. **Pană de somn cu usturoi**

1 kg burtă de somn, 50 ml ulei, 50 ml oţet, piper boabe, 1 ceapă, 1 morcov, foi de dafin, cartofi, sare.

Se taie peştele (partea de la burtă sau de la coadă) în bucăţi (cîte 2—3 la o porţie) care se sărează bine şi se lasă acoperite 2—3 ore la rece. Se pune la fiert apa împreună cu legumele tăiate în felii, foile de dafin, boabele de piper şi sare. Cînd sînt fierte legumele, se adaugă oţetul şi peştele tăiat în felii sau în bucăţi şi se lasă să fiarbă 6—10 min. Apoi se ia vasul de pe foc şi se lasă totul să se răcească. În momentul servirii se scot bucăţile de somn din zeama în care au fiert şi se aranjează pe un platou, după care se garnisesc cu legumele cu care au fiert împreună, iar peste acestea se toarnă un sos pregătit astfel: se pisează usturoi, se dizolvă cu zeamă de peşte şi se adaugă piper pisat şi oţet după gust. Se serveşte rece.

496. **Somn rasol cu unt şi cartofi**

Peştele se pregăteşte la fel ca în reţeta anterioară, numai că se serveşte cu cartofi fierbinţi stropiţi cu unt proaspăt, presăraţi cu verdeaţă tăiată mărunt şi cu felii de lămîie. Se serveşte cald.

497. **Somn à la grec**

Se prepară la fel ca și chefalul à la grec (v. rețeta 430).

498. **Somn prăjit**

Se prepară la fel ca și chefalul prăjit (v. rețeta 429).

499. **Somn pescăresc**

Se prepară la fel ca și crapul pescăresc (v. rețeta 435).

500. **Plachie de somn**

Vezi „Plachie de crap" (rețeta 439).

501. **Marinată de somn**

Vezi „Marinată de crap" (rețeta 440).

502. **Somn cu orez**

Vezi „Crap cu orez" (rețeta 447).

503. **Somn cu roșii**

Vezi „Crap cu roșii" (rețeta 446).

504. **Somn cu ciuperci**

Se prepară la fel ca în rețeta 424, dar fără smîntînă.

505. **Știucă prăjită**

Se curăță știuca de solzi și de intestine, se taie capul (care se folosește la ciorbă de pește, dacă este mai mare), iar corpul se spală și se taie în bucăți. Bucățile se sărează (eventual pentru un gust mai bun se ung cu zeamă de lămîie), apoi se dau prin lapte în care se poate adăuga și un ou (pentru ca la prăjit să capete o culoare rumenă și o coajă crocantă și gustoasă), prin făină și se prăjesc în ulei încins. Dacă uleiul nu este bine încins, peștele fierbe în loc să se prăjească, pierzînd din gust, și se îmbibă cu ulei. Știucile mici se prăjesc întregi, doar se înlătură capul, tăindu-se scurt.

506. **Știucă rasol**

Se prepară ca în rețeta 400, „Pește rasol".

507. **Știucă marinată**

Se prepară la fel ca în rețeta 440, „Marinată de crap".

508. **Știucă preparată în diferite feluri**

Din știucă se pot prepara diverse feluri de mîncare la fel ca și din crap, mreană, morun, șalău sau din somn, folosind același mod de preparare și aceleași componente.

509. **Ştiucă umplută**

1 ştiucă mare de 1-1,500 kg, 100-150 g franzelă de o zi, 1/4 l lapte, 50 g stafide, 50 g zahăr, 200 g ceapă, 100 ml ulei, 1 morcov, 1 rădăcină de pătrunjel, 1 foaie de dafin, piper, sare.

Se alege o ştiucă mare şi proaspătă, se curăţă de solzi, apoi se crestează în jurul capului şi se trage pielea. Cînd s-a ajuns la coadă se taie pe dinăuntru în aşa fel ca pielea să rămînă împreună cu coada. Se curăţă pielea scoasă de resturile de carne care nu s-au desprins. Aripioarele şi coada se tund puţin cu foarfeca.

Se curăţă toată carnea de pe şira spinării, se adaugă cea curăţată de pe piele, se amestecă cu ceapa călită (fără să se rumenească), pîinea înmuiată în lapte, sare, piper, după gust. Se trece totul prin maşina de tocat, se mai adaugă un ou bătut, zahăr, sare, piper pisat, după gust, şi stafide. Se amestecă bine şi cu compoziţia respectivă se umple pielea de ştiucă, care se coase apoi la gură (gît) şi în locurile în care eventual se rupe.

Se ia un vas de mărime potrivită, cu apă cît să cuprindă peştele, se pun în el capul şi oasele rămase, foaia de dafin, 1 ceapă, morcovul, rădăcina de pătrunjel, boabe de piper şi sare după gust. Se lasă mai întîi să fiarbă legumele circa 30 min, după care se introduce ştiuca umplută, care trebuie înţepată cu un ac pentru ca pielea să nu crape. Se fierbe 20—30 min lent (fără să dea în clocote mari), după care se dă vasul jos de pe foc şi se lasă să se răcească ştiuca umplută în zeama în care a fiert. După ce s-a răcit bine, se scoate din zeamă şi se taie în felii în momentul servirii. Se aranjează pe un platou, se aplică la un capăt capul, la urmă coada, reconstituind forma peştelui. Se toarnă deasupra zeamă strecurată, se garnisește cu cîteva felii de morcov, crenguţe de pătrunjel verde şi se lasă să se închege zeama. Se serveşte rece, cu salată de sfeclă roşie cu hrean.

510. **Ştiucă umplută la tavă**

Ştiuca se pregăteşte la fel ca în reţeta anterioară, se unge cu ulei, se presară uşor cu făină şi se aşază într-o tavă lungă cît ştiuca, se toarnă ulei peste ea şi se introduce în cuptor la foc potrivit. În timpul friptului se stropeşte cu ulei din tavă, în care s-au adăugat 2—3 linguri de vin sau apă.

511. **Crap sărat prăjit**

500 g crap sărat, 100 ml ulei, 2-3 linguri de lapte, 1 lingură de făină, cu vîrf.

Se pune peştele la desărat în apă călduţă. După 2—3 ore se schimbă apa şi se mai ţine 2—3 ore. Apoi se curăţă de solzi, se spală în mai multe ape reci. Se taie crapul în bucăţi care se dau prin lapte, apoi prin făină şi se prăjesc pe ambele părţi.

512. **Crap sărat cu usturoi (scordolea à la Moldova)**

1 kg crap sărat, 1 kg cartofi, 150 ml ulei, 1 lingură de oţet, usturoi, sare şi piper după gust, zarzavat de supă.

Se pune crapul la desărat, apoi se curăţă de solzi, se spală în mai multe ape, după care se pune la fiert cu zarzavat de supă şi cu cîteva boabe de piper.

După ce peștele a fiert, se ia vasul de pe foc. Între timp, se curăță cartofii, se spală și se pun la fiert cu puțină sare. Cînd sînt gata se scurg de zeamă, se adaugă usturoi pisat ca o cremă, ulei, se bat cartofii bine cu un tel ca pentru piure, adăugînd din cînd în cînd zeamă de la pește și piper pisat, după gust. Compoziția obținută trebuie să iasă ca un sos gros sau ca o maioneză, apoi se pune pe un platou, iar deasupra se așază crapul fiert tăiat în felii și stropit cu ulei amestecat cu oțet după gust.

513. **Crap sărat preparat în diverse feluri**

Din crap sărat, care se desărează ca în rețeta 511, se pot prepara diverse mîncăruri la fel ca și din crap proaspăt după rețetele 406. „Saramură de pește", 435 „Crap pescăresc", 445, „Ghiveci de crap", 442, „Crap sîrbesc", 447 „Crap cu orez" etc.

514. **Țipar prăjit**

Se prepară ca orice pește prăjit (v. rețeta 402).

515. **Pui de baltă pane (pulpe de broască)**

500 g (20–30) pulpe de broască, 2 ouă, pesmet, sare, piper, 50 g unt, 1 lămîie, ulei pentru prăjit.

Se prepară numai din picioare proaspete.

Se spală picioarele de broască în apă rece, se stropesc cu zeamă de lămîie, se sărează, se piperează, se dau prin făină, ouă bătute și pesmet și se prăjesc în ulei bine înfierbîntat pe foc mai iute la început, apoi la foc mai mic. Se prăjesc pînă se rumenesc puțin. Se servesc calde, stropite cu unt fierbinte.

516. **Melci cu mujdei de usturoi**

Melcii se țin în apă rece cu sare, apoi, după 1 oră se spală tot în apă sărată, frecîndu-i cu o periuță aspră. Se mai clătesc în apă și se pun să fiarbă circa 2 ore.

După ce au fiert, se scoate carnea cu o furculiță de desert și se servește cu mujdei de usturoi în care se mai pot adăuga după gust: zeamă de lămîie sau oțet, piper pisat, sare și puțin ulei.

517. **Raci fierți în zeamă de zarzavat**

Raci vii, ceapă, morcov, ardei iute, cimbru, usturoi, foaie de dafin, piper boabe, sare, oțet.

Se iau racii proaspeți (vii), li se scoate intestinul negru (care se trage afară rupînd capătul cozii la mijloc), apoi se freacă pe burtă cu o perie din paie de orez, după care se pun la fiert într-un vas cu zeamă pregătită dinainte astfel: se pune într-o oală atîta apă cît să ajungă să acopere racii (în apă prea multă se pierde din gust), se adaugă zarzavatul, ingrediente și sare ceva mai multă și se lasă să fiarbă pînă ce zarzavatul este gata. Apoi se introduc racii, lăsînd să fiarbă împreună, într-un vas acoperit cu un capac, 10—15 min, după care se trage vasul de pe foc și se lasă racii în zeama în care au fiert pînă la servire. Se servesc cu mujdei de usturoi și cu zeama în care au fiert.

518. **Raci fierţi în vin**

Se folosesc aceleaşi ingrediente ca în reţeta anterioară, iar în plus se adaugă vin în apa în care se fierb racii.

519. **Saramură de raci (reţetă turistică)**

Se aleg raci mai mari, se curăţă şi se frig pe jar. Cînd sînt gata se pun într-un castron, iar peste ei se toarnă saramură (apă fiartă cu ardei iute şi sare). Cînd se servesc se toarnă peste ei mujdei de usturoi.

520. **Scordolea de raci**

30 de raci vii, 200 g franzelă, 200 g miez de nucă, 2 căpăţîni mici de usturoi, 200 ml ulei, sare, zeamă de raci.

Se fierb racii la fel ca în reţeta 517. Între timp, se prepară sosul astfel: se pisează bine miezul de nucă, apoi se adaugă miezul de pîine înmuiat bine în zeama în care au fiert racii şi se freacă bine, adăugînd ulei ca la maioneză şi puţină zeamă în care au fiert racii.

Se toarnă sosul, într-un platou, iar deasupra se aranjează cozile curăţate ale racilor fierţi, iar cu picioarele racilor se decorează platoul pe margine.

521. **Cozi de raci pe salată à la rus**

Raci fierţi şi salată à la rus.

Se aranjează pe un platou un postament de salată à la rus peste care se aşază cozi de raci. Apoi se şpriţuieşte cu maioneză pe margine şi între cozile de raci.

522. **Batog cu măsline**

Batogul se taie în felii subţiri, se aranjează pe un platou şi se decorează cu măsline şi felii de lămîie. Se poate servi şi sub formă de tartine (franzela tăiată în felii se unge cu unt sau cu maioneză peste care se aşază felii de batog şi se garnisește cu jumătăţi de măsline).

523. **Sarmale de peşte**

Sarmalele de peşte se pregătesc la fel ca şi cele din carne, cu deosebirea că se înlocuieşte carnea cu peşte. Carnea de peşte cea mai potrivită pentru sarmale este cea din crap mare, somn sau din stavrizi. Peştele se tranşează scoţîndu-i şira spinării, oasele şi pielea. Se taie în bucăţi, se adaugă ceapa tăiată şi călită puţin în ulei, mărar şi pătrunjel verde şi se trece prin maşina de tocat. La tocătura obţinută se adaugă orezul opărit, piper pisat, sare şi cimbru, după gust.

În continuare se prepară ca şi sarmalele obişnuite din carne.

524. **Scoici prăjite**

40–50 scoici, 200 g făină, 2–3 ouă, 100 ml ulei, 1 ceaşcă de lapte sau sifon, sare, 1 lămîie şi eventual unt.

Se aleg numai scoici vii. Se ciocănește în valve (capace) și dacă acestea se mișcă și se închid imediat, scoica este vie.

Scoicile nu se țin în apă, ci se spală cîte una și numai cele vii se pun la fiert, într-o cratiță, cu 2—3 pahare de apă, care se acoperă cu un capac. Cînd încep să se deschidă valvele, se ia cratița de pe foc și se scoate carnea dintre valve, după care se dă prin aluatul pregătit astfel: se freacă gălbenușurile cu puțină sare, piper, apoi se adaugă făina, ulei și se dizolvă cu lapte sau cu sifon (atît lichid ca să iasă un aluat ca o smîntînă groasă), iar la urmă se adaugă albușurile bătute spumă.

Scoicile (carnea) se dau prin aluat în momentul care s-a încins uleiul în tigaie și se prăjesc pînă se rumenesc puțin. Se servesc stropite cu unt topit și cu zeamă de lămîie.

525. **Midii sau stridii pane**

40–50 stridii, 2–3 ouă, 100 g pesmet alb, sare, piper, ulei, unt.

Se spală bine cochiliile, se rad, se spală din nou, apoi se opăresc ca să se deschidă valvele pentru a se scoate carnea. Stridiile (carnea) se presară cu sare, piper, se dau prin ouă bătute, pesmet și se prăjesc în ulei încins, sau se așază în cochiliile unse cu unt, apoi se stropesc și deasupra cu unt topit, după care se așază într-o tavă, și se introduc în cuptor să se rumenească.

526. **Pilaf de scoici**

40–50 scoici, 1 ceapă, 1/2 țelină sau 1–2 rădăcini de pătrunjel, 1 frunză de dafin, boabe de piper, 100 g ceapă, sare, 300 g orez, 100 g unt, 1 fingurită de bulion.

În vasul în care a fiert zarzavatul se pun la fiert scoicile (20—25 min) spălate bine, se acoperă vasul și se dă deoparte de la foc. După 8—10 min, cînd scoicile se deschid, se scoate carnea din valve. Între timp, se pune la prăjit ceapă tăiată foarte mărunt, după care se adaugă carnea scoicilor și se înăbușă împreună 8—10 min, apoi se adugă orezul curățat, spălat și bine scurs de apă. Se mai țin pe foc 5—6 min amestecînd, apoi se sting cu zeama în care au fiert scoicile (circa 1 litru). Se adaugă bulion de roșii, sare și piper, după gust și se amestecă totul pînă dă în fiert. Apoi se introduce în cuptor pentru 20 min. (Cuptorul se ține cu ușa deschisă, iar pilaful se acoperă cu un capac).

9. *SUPE, CIORBE ŞI BORŞURI*

Supele, supele-creme, borşurile, consomméurile şi ciorbele sînt hrănitoare şi foarte necesare pentru stimularea digestiei şi asigurarea bunei funcţionări a organismului. Ele se prepară în multe şi diferite feluri.

527. **Supă din carne de vacă (reţetă de bază)**

Pentru 6 porţii: *1 kg carne de vacă cu os, sau oase de vacă cu măduvă, 1 ceapă, 1–2 rădăcini de pătrunjel, 1–2 morcovi, 1 ţelină (dacă este mare se pune 1/2 din ea), 1 bucată (felie) de varză dulce, cîteva boabe de piper, 1 linguriţă de sare.* Se mai pot pune în supă şi alte legume: *1 bucată de praz, 2–3 cartofi, iar la urmă cînd supa este aproape gata, se mai pot adăuga 2–3 ardei graşi, 2–3 roşii, 1 legătură de pătrunjel.*

Carnea şi oasele (osul cu sită sau cu măduvă se taie cu fierăstrăul) se spală în apă rece şi se pun tot cu apă rece la fiert. După ce începe apa să fiarbă este de mare importanţă ca să se ia spuma imediat. Se pune o parte din sare, se amestecă o dată cu coada unei linguri de lemn, se lasă să mai dea în 2—3 clocote, după care se ia spuma din nou, pînă ce nu mai apare, apoi se şterg cu un şervet umezit marginile interioare ale oalei, pentru a înlătura negreala de la spumă. În cazul în care spuma nu a fost luată la timp şi supa s-a tulburat, se toarnă peste supă 1/2 pahar cu apă rece, care face ca toată spuma să se strîngă deasupra supei, putîndu-se apoi lua uşor cu o spumieră. După aceea vasul cu supă se acoperă cu un capac (lăsîndu-se o porţiune neacoperită pentru ieşirea aburului) şi se lasă să fiarbă 3—4 ore lent în clocote mici, pe foc domol. Cînd carnea este pe jumătate fiartă se pun legumele şi zarzavatul. Eventual, dacă a fiert carnea înainte ca legumele să fie gata, se scoate carnea, se pune într-un vas cu apă rece şi puţin sărată, lăsîndu-se legumele să fiarbă în continuare împreună cu oasele, atît cît mai este nevoie.

Cînd legumele au fiert, se scot cu atenţie să nu se rupă, ele formînd garnitura rasolului.

În cazul în care supa este prea slabă, se rade un morcov pe răzătoare, se pune la călit cu o lingură de grăsime, după care se stinge cu cîteva linguri de supă şi se strecoară peste ea. Se potriveşte supa de sare, se dă la o parte de pe foc şi se lasă 10—20 min să se limpezească. Apoi

se strecoară în alt vas sau într-o supieră şi se adaugă garnitura pregătită separat din timp.

Supele trebuie servite foarte fierbinţi, cu o garnitură după preferinţă: găluşte de griş, tăiţei de casă, orez, gogoşele din aluat pripit etc. (v. reţetele de la 9.4. Diferite preparate pentru supe, borşuri şi ciorbe).

Toate supele, cînd se servesc la masă, se presară cu pătrunjel verde ales de pe cotoare, bine spălat, zvîntat de apă şi tăiat foarte mărunt.

Ca să fie supa limpede, garniturile se fierb separat în apă clocotită cu puţină sare. Carnea din supă poate fi servită ca al doilea fel, garnisită cu legumele din supă şi cu hrean ras sau cu diferite sosuri picante sau cu sos de roşii.

528. **Supă cu rasol de vacă**

Pentru 6 persoane: *1 kg carne de vacă, un os cu măduvă, 100 g morcovi, 60 g ceapă, 500 g cartofi, 1 ţelină mică, 1 bucată de varză dulce, 50 g rădăcină de pătrunjel, 1 legătură de pătrunjel verde, 10 boabe de piper, sare.*

Se întrebuinţează carne de la coadă sau de la pipet. Osul, cu sită sau cu măduvă, se taie cu fierăstrăul sau se sparge cu satîrul, se spală în apă rece împreună cu carnea, apoi se pun într-o oală care se umple cu 3 l de apă rece şi se dau la fiert. Cînd apa începe să fiarbă, se ia spuma la o parte pînă ce nu mai apare. Se adaugă o parte din sare, se amestecă printre oase cu o lingură de lemn ca să iasă restul de spumă, care se dă la o parte, după care se şterg marginile oalei cu un şervet umezit, pentru a înlătura negreala de la spumă.

Se lasă să fiarbă la foc potrivit cu capacul puţin dat la o parte, timp de 3—4 ore. Între timp, se adaugă legumele curăţate, spălate şi crestate la vîrf. Varza se opăreşte separat, dîndu-se într-un clocot ca să iasă amăreala şi se adaugă în momentul în care carnea este aproape fiartă. Se adaugă cîteva boabe de piper, se potriveşte de sare şi se fierbe în continuare pînă este gata.

În principiu, oasele se fierb 3—4 ore, carnea de vacă 2—3 ore, legumele 1 oră, iar varza circa 30 min. Deci, dacă carnea s-a fiert, se scoate şi se pune în alt vas cu apă rece puţin sărată, iar oasele se lasă să fiarbă în continuare împreună cu legumele, atît cît mai este nevoie.

După ce totul a fiert, se scot oasele, iar vasul cu supă se ia de pe foc şi se lasă 10 min să se limpezească. Apoi se strecoară supa printr-un tifon pus în două sau printr-un şervet şi se ţine la cald pînă la servire.

Supa se serveşte foarte fierbinte, de preferinţă cu: tăiţei de casă, găluşte de griş, orez etc.

Carnea se taie în felii subţiri de-a curmezişul fibrelor şi se ţine pînă la servire împreună cu zarzavatul (legumele) tăiat în cubuleţe, într-o crăticioară cu puţină supă caldă.

Se serveşte foarte fierbinte, cu legume şi cu cartofi fierţi între timp separat peste care se toarnă puţină supă grasă deasupra şi se presară cu pătrunjel verde tăiat mărunt. Se mai poate servi alături hrean ras cu oţet sau cu muştar, sau cu sos de roşii. Acest fel de mîncare este foarte consistent, dacă se mai completează cu o budincă la urmă, rezultînd astfel un meniu complet.

529. **Supă din oase de vacă**

Se prepară ca şi supa anterioară, cu deosebirea că oasele se opăresc, punîndu-se într-o oală cu apă, la foc cît mai tare. Opărirea trebuie

făcută repede, deoarece dacă oasele stau mult timp în apă la opărit se pierde din tăria supei și din grăsime. După ce s-au opărit, se spală oasele și oala și se pun la fiert cu apă. După primul clocot se spumuiește supa pînă nu mai apare spumă deloc. Se adaugă o parte din sare, se acoperă cu un capac, pentru ca supa să nu scadă prea mult; totuși trebuie lăsată o mică deschizătură într-o parte, pe unde să iasă aburul, altfel supa iese albicioasă. Se lasă să fiarbă la foc potrivit 3—4 ore, în clocote mici. După 2 ore de fierbere se adaugă legumele, iar înainte de strecurare supa se potrivește de sare. Se servește cu diverse garnituri sau poate fi folosită la prepararea altor supe sau sosuri și mîncăruri.

530. **Supă de găină**

1 găină sau 1/2 găină grasă și nu prea tînără, 1 morcov, 1 rădăcină de pătrunjel, 1 ceapă, 1/4 țelină, cîteva boabe de piper, sare și verdeață.

Se curăță găina, se spală, se taie în patru sau se pune întreagă la opărit, la foc puternic, să dea repede într-un clocot, fără să dea în fiert.

Cînd apare prima spumă, se ia oala de pe foc, se scurge, se spală găina și oala. Găina se pune iar în oală, cu 3 l de apă (pentru găină mai bătrînă 4 l de apă) și se lasă să fiarbă la foc potrivit. Oala se acoperă cu un capac, lăsînd descoperită o mică parte ca să poată ieși aburul în timpul fierberii; între timp se spumuiește. Cînd găina s-a fiert pe jumătate, se adaugă legumele și o parte din sare (restul de sare se pune după gust, la urmă). Cînd este bine fiartă, găina se scoate din supă și se pune în alt vas cu apă puțin sărată, la fel și legumele din supă, iar vasul cu supă se ia de pe foc și se lasă să se limpezească 5—6 min, după care se strecoară prin tifon dublu în supieră, la care se adaugă garnitura preferată: tăiței de casă, găluște de griș, orez, frecăței, pateuri mici, profiterol și pe deasupra se presară pătrunjel verde tăiat foarte mărunt.

Carnea de găină se taie în bucăți și se ține împreună cu legumele tăiate cubulețe, în supă caldă, pînă la servire. Rasolul de găină se poate servi ca felul doi, cu pilaf de orez sau cu legume din supă și cartofi fierți proaspeți, toate stropite cu unt proaspăt sau cu grăsimea de la supă, și cu hrean ras potrivit la gust de oțet.

531. **Bulion de carne sau de oase**

Sub denumirea de *bulion* se înțelege supă de carne sau de oase, de carne și oase; se poate prepara și bulion de pasăre. Bulionului i se mai spune *zeamă de carne (oase)* sau *fiertură de oase.* Se prepară la fel ca orice supă, cu legume și mirodenii după plac.

Poate fi servită ca atare sau cu diverse garnituri, sau poate fi folosită la prepararea altor supe, sosuri, sau se poate adăuga la mîncăruri în loc de apă și la stins orezul pentru pilaf.

9.1.2. CONSOMMÉURI

Consomméul este o supă de oase de vacă mult mai concentrată și limpede, pentru obținerea căreia trebuie respectate anumite reguli de preparare. În lipsa oaselor de vacă, se poate obține și din rasol de vacă sau din găină bătrînă.

Cosomméul nu trebuie să aibă nici un fel de grăsime. După strecurare și înainte de limpezire se degresează complet. Se servește cald sau

rece, la cești, cu garnitură (pai parmezan, profiterol, pateuri sau saleuri etc.) separat.

532. **Consommé din oase de vacă**

1,5 kg oase de vacă, 300 g carne slabă de vacă, 1 țelină, 60 g ceapă, 1 morcov, 1-2 rădăcini de pătrunjel, cîteva boabe de piper, 1-2 albușuri, sare.

Se taie oasele și se pun la opărit, după care se spală din nou și se pun la fiert cu apă în cantitate dublă față de consomméul dorit: prin fierbere apa scade la jumătate. Se acoperă oala, lăsîndu-se loc pentru ieșirea aburului (nu trebuie acoperită ermetic ca să nu iasă supa tulbure). Între timp se spumuiește. Se fierbe 2—3 ore în clocote mici și neîntrerupte, după care se adaugă jumătate din legume și sare. Cînd s-au fiert și legumele, se strecoară supa. Separat se taie în felii subțiri restul de legume, se dă carnea macră și fără grăsime prin mașina de tocat, se adaugă 1—2 albușuri, boabe de piper și 1/2 pahar de apă rece. Se amestecă totul bine și se toarnă cîte puțin din supa de oase, amestecîndu-se bine pînă ce se toarnă toată supa, după care se pune la fiert, continuîndu-se amestecatul, foarte ușor, ca să nu se prindă tocătura de fundul oalei. După ce supa a dat în fiert, imediat se pune oala pe foc foarte mic, lăsîndu-se să fiarbă încet 25—30 min. Prin fierbere, compoziția se coagulează, adică albușul și carnea adună toate impuritățile din supă, dîndu-i o nuanță gălbuie limpede și un gust plăcut aromat. Această operație se numește *limpezirea consomméului.*

Se potrivește de sare și cînd se observă că s-a strîns (coagulat) bine albușul și carnea tocată, iar supa s-a limpezit, se ia un prosop de etamină sau un tifon pus dublu, se umezește și se strecoară supa prin el, cu multă atenție, să nu se sfărîme albușurile și carnea coagulată din supă, ceea ce ar face ca supa să nu mai fie perfect limpede. Se continuă strecurarea încet, iar la urmă se strînge șervetul ca să se scurgă bine toată supa, fără a se presa.

Se obține astfel un consommé limpede care se servește la cești, cu garnituri sau simplu, rece sau cald.

533. **Consommé cu gălbenușuri**

Se prepară ca în rețeta anterioară, servindu-se foarte fierbinte, în cești bine încălzite, în care se pune cîte un gălbenuș crud (foarte proaspăt).

534. **Consommé cu pai parmezan**

Se prepară la fel ca în rețeta consommé, dar se servește însoțit de pai parmezan (v. rețeta 49).

535. **Consommé cu pateuri cu carne sau cu brînză**

Se prepară la fel ca în rețeta consommé și se servește cu pateuri preparate mici (v. rețeta 679).

536. **Consommé cu piept de pasăre**

Pentru 10—12 porții: *1 găină, 200 g țelină, 1 rădăcină de pătrunjel, 1 ceapă, cîteva boabe de piper, 4-5 l de apă.*

Pentru consommé se pune la fiert 1 găină cît mai bătrînă și nu prea slabă.

Găina, curățată și spălată, se taie în patru, se așază într-o oală în care se toarnă peste ea 4—5 l apă și se pune la foc. Cînd supa a dat în fiert, se strînge imediat bine toată spuma, apoi se adaugă 1/2 linguriță de sare, se amestecă cu o lingură de două-trei ori, se strînge din nou toată spuma și se șterge marginea oalei de urmele spumei. Se lasă să fiarbă lent în clocote mici și cînd găina s-a fiert pe jumătate, se adaugă: ceapa, rădăcina de pătrunjel, piper și o parte din țelină (fără a adăuga alt zarzavat, care poate modifica gustul consomméului). Fierberea consomméului continuă pînă ce găina este bine fiartă. Spre sfîrșit se potrivește de sare, apoi se ia (se strînge) de deasupra toată grăsimea, care se va putea folosi pentru alte supe sau pentru ciorbe. Găina se scoate din supă în alt vas cu apă rece și puțină sare (ca să nu se usuce carnea), iar supa se limpezește cu 1—2 albușuri de ou bătute puțin cu 2—3 linguri de apă rece și cu restul de țelină tăiată foarte subțire (țelina lasă aromă). Compoziția de albuș, apă și țelină se introduce în oala cu supă, amestecîndu-se ușor pînă ce aceasta dă într-un clocot, după care supa se strecoară printr-o pînză sau un tifon pus dublu.

Se servește foarte fierbinte, cu garnitură de carne albă din pieptul găinii, tăiată ca tăițeii — julien. Restul de carne de găină se folosește pentru alte mâncăruri.

537. **Consommé din fazan**

Se prepară la fel ca în rețeta anterioară, cu singura deosebire că se înlocuiește găina cu fazanul nu prea tînăr, din care se obține o supă-consommé mult mai gustoasă decît cea din pasăre de casă.

9.1.3. SUPE DE LEGUME

538. **Supe albe drese (potajuri)**

Supele de legume, drese sau naturale, se împart în categorii și au denumiri diferite în raport cu leguma din care se prepară sau după leguma care predomină (leguma care este de bază). Unele supe albe se dreg cu gălbenușuri de ou sau și cu smîntînă, care se pun într-un castron, se bat puțin, adăugîndu-se cîte puțin din supă (2—3 polonice) pînă se diluează, după care se toarnă în supa luată de pe foc, după 20—30 min, altfel se taie gălbenușurile. Este mai practic să se dreagă supa în momentul servirii, deoarece fiind o supă nedreasă se poate încălzi la nevoie; dacă însă este dreasă, la încălzire se brînzește.

Supa se poate drege numai cu gălbenușuri sau numai cu smîntînă sau, în locul acestora, cu puțin unt proaspăt (50—60 g la 6 porții) și mărar sau pătrunjel verde, sau și una și alta (fără leuștean).

539. **Supă limpede de legume**

Pentru 6 porții: *200 g morcovi, 100 g rădăcină de pătrunjel, 2-3 cepe, 2 fire de praz, 2-3 cartofi, 1 țelină mijlocie, sare, piper, pătrunjel verde.* Se mai pot adăuga și alte legume, după gust și sezon.

Se curăță zarzavatul, se spală și se crestează, apoi se pune la fiert în apă rece. Se socotește apa aproximativ cîte 1/2 l de persoană, ținînd

seama că prin fierbere se evaporă o parte. Nu se pune mai multă apă deoarece diluează gustul supei. Se fierbe pe foc potrivit 1—1 1/2 ore, cu capacul puțin dat la o parte. Se curăță de spumă dacă este cazul și se adaugă cîteva boabe de piper și sare după gust. Ca să obținem o aromă mai plăcută, se mai pot adăuga în supă, spre sfîrșitul fierberii, o legătură de pătrunjel verde și 2—3 ardei grași sau un sfert de varză mică, toate proaspete. Cînd zarzavatul a fiert, se strecoară supa într-o altă oală și se pune din nou pe foc. Cînd a dat în fiert, se adaugă una din următoarele garnituri: găluște, orez, turnăței, tăiței sau altele, după gust. Se mai lasă cam 8-10 min pe foc, pînă ce și garnitura respectivă este fiartă. La servire se adaugă în fiecare farfurie cîte 1/2 linguriță de unt proaspăt și se presară cu pătrunjel verde tăiat cît mai mărunt.

540. **Supă de turnăței**

Pentru turnăței: *100 g făină, 2 ouă, sare, 1/2 pahar de lapte sau apă.* Legume pentru supă: *aceleași cantități ca la rețeta anterioară.*

Supa de legume se prepară la fel ca în rețeta anterioară. După ce este gata, strecurată, se pune din nou pe foc și pînă ce dă în clocot se prepară turnățeii în felul următor: se amestecă făina și ouăle cu puțină apă, lapte sau smîntînă. Compoziția trebuie să aibă consistența unui aluat moale. Se face un cornet de hîrtie, se umple cu compoziția obținută și se strînge cu mîna, apăsîndu-se de sus în jos deasupra vasului cu supa care fierbe. Orificiul cornetului trebuie să fie cam de mărimea unui bob de piper. Se plimbă cornetul roată peste supă, pînă s-a turnat toată compoziția și se lasă să fiarbă 6—10 min. Se servește la masă fierbinte. Zarzavatul rămas după strecurarea supei se poate folosi tăiat mărunt și pregătit ca salată de legume cu maioneză.

541. **Supă cu orez, pe bază de supă de legume**

Pentru 6 porții: *300 g orez, 50-60 g unt, 2 l supă de legume, 2 gălbenușuri, 1/2 pahar smîntînă, zeamă de lămîie, pătrunjel verde, sare.*

Supa de legume se prepară la fel ca în rețeta 539 și, după ce a fost strecurată, se adaugă orezul spălat în mai multe ape și se pune la fiert. Cînd dă în fiert se amestecă și se mai lasă pe foc domol să fiarbă încet 15—20 min. Apoi se potrivește de sare și se ia vasul cu supă de pe foc, după care se mai lasă 10—15 min să se evapore, se drege cu gălbenușuri de ou și cu smîntînă sau se adaugă numai unt proaspăt la urmă și se presară cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

542. **Supă de orez cu lămîie (à la grec)**

Se prepară la fel ca în rețeta anterioară dar, cînd se pune orezul în supă, se adaugă cîteva bucăți de lămîie curățate de coajă și de sîmburi și se potrivește de sare. În momentul servirii se drege cu gălbenușuri de ouă și cu smîntînă și, după gust, se acrește cu zeamă de lămîie. La servire se presară cu mărar și cu pătrunjel verde tăiate mărunt.

543. **Supă de roșii cu orez**

1-2 kg roșii, 100 g orez, 1 ceapă, 1 morcov, 1 țelină mică, 1-2 ardei grași, 60 g unt, sau ulei, sare, smîntînă, pătrunjel verde.

Legumele curățate și spălate se taie la capete în patru și se pun la fiert într-un vas cu apa necesară. După ce sînt aproape fierte se adaugă roșiile și se mai fierb 20 min, după care se strecoară pasîndu-se bine. În supa strecurată se pune orez și se lasă să fiarbă pe foc domol pînă ce bobul de orez se umflă bine, după care vasul se trage de pe foc. Se potrivește de sare (cui îi place poate adăuga unt și o lingură de zahăr) și se presară cu pătrunjel verde în momentul servirii. Se drege cu smîntînă sau se pune smîntîna la masă separat într-o sosieră.

544. **Supă de roșii cu tăiței**

Se prepară supa la fel ca în rețeta anterioară numai că, în loc de orez, se pun în supa strecurată să fiarbă tăiței sau orice fel de paste făinoase.

545. **Supă de bulion de roșii sau de suc de roșii**

Supa se pregătește la fel ca în rețetele precedente, folosind aceleași cantități, în afară de roșii care se înlocuiesc cu 100 g de bulion de roșii sau cu suc de roșii (o sticlă).

546. **Supă le legume cu tăiței**

Pentru supă: *2-3 morcovi, cîteva rădăcini de pătrunjel, 2-3 cepe, 2 fire de praz, 1 țelină mică, 1 felie de varză, cîteva boabe de piper, sare, pătrunjel verde, 50 g unt.*

Pentru tăiței: *300 g făină, 2 ouă, sare, apă.*

Din legume se prepară o supă la fel ca în rețeta 539. În loc de găluște se fac tăiței, în felul următor: se pune pe planșetă făina, ouăle sparte la mijloc și se adaugă puțină apă și sare. Apoi, cu vîrful unui cuțit, se amestecă pînă se omogenizează, după care se frămîntă pînă ce aluatul nu se mai lipește de masă și este suficient de tare; altfel se mai adaugă făină și se mai frămîntă. După aceea se presară planșeta cu făină și se întinde aluatul cu sucitorul, pînă ce se obține o foaie cît mai subțire. Se lasă să se usuce puțin, apoi se rulează și se taie tăițeii cît mai subțire. Tăițeii se pun la fiert în apă clocotită cu puțină sare și se amestecă pînă dau în fiert, ca să nu se lipească între ei sau de fundul vasului. Se lasă să fiarbă 10 min, după care se strecoară, se clătesc cu apă rece și se toarnă în vasul cu supă fierbinte sau se pune cîte o porție în farfuriile în care urmează să fie servită supa.

La servire se adaugă în fiecare farfurie cîte 1/2 linguriță de unt proaspăt și pătrunjel verde tocat mărunt.

547. **Supă de legume cu tăiței, dreasă cu ouă și smîntînă**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, numai că se drege cu gălbenușuri de ouă și cu smîntînă, după plac putîndu-se adăuga și suc de lămîie. La servire se adaugă pătrunjel verde tăiat mărunt.

548. **Supă de legume cu arpacaș**

Supa de legume se prepară ca în rețeta 539, iar în loc de tăiței, se adaugă arpacaș care se prepară în felul următor: se aleg 300 g arpacaș, se

spală de cîteva ori, apoi se pun într-un vas cu apă clocotită cu puţină sare. Se adaugă 50—60 g unt şi se pune vasul pe foc să fiarbă arpacaşul. În timpul fierberii, se amestecă din cînd în cînd cu o lingură de lemn ca să nu se lipească arpacaşul la fund şi să nu se ardă. După ce arpacaşul a dat în fiert, se lasă să fiarbă la foc domol, cu vasul acoperit, pînă se umflă bine şi se înmoaie. Mai departe se procedează după reţeta 541.

549. **Supă de linte**

Pentru 6 porţii: *300-400 g linte, 100 g ceapă, 100 ml ulei sau 75 g unt, 2-3 căţei de usturoi, 1 fir de cimbru, 1-2 rădăcini de pătrunjel, sare.*

Se alege lintea, se spală şi se pune pe foc, într-un vas cu apă rece. Cînd începe să fiarbă, se adaugă legumele curăţate, spălate şi tăiate mărunt. Se lasă să fiarbă la foc domol pînă cînd lintea se înmoaie bine şi se umflă. După aceea se adaugă unt sau ulei, cimbru, usturoi pisat, sare după gust şi se lasă să dea de cîteva ori în clocot.

Se serveşte cu crutoane de pîine şi cu pătrunjel verde tocat mărunt.

550. **Supă de cartofi I**

1 kg cartofi, 200 g ceapă, 100 g morcovi, 50 g unt, 50 ml ulei, 1 g piper, 1 foaie de dafin, 1 legătură de pătrunjel, sare.

Se curăţă ceapa, morcovii şi cartofii. Ceapa şi morcovii se taie mărunt şi se înăbuşă într-o cratiţă cu ulei încălzit pînă se înmoaie, după care se adaugă cartofii tăiaţi cubuleţe, apă cîtă trebuie şi sare. Supa este gata cînd cartofii sînt fierţi. Se serveşte cu pătrunjel verde tocat mărunt şi piper pisat presărate deasupra, adăugînd la fiecare porţie şi puţin unt proaspăt. Supa poate fi servită simplă sau dreasă cu smîntînă.

551. **Supă de cartofi II**

1 kg cartofi, 100 g ceapă, 1 legătură de pătrunjel verde, 200 g smîntînă, sare, piper.

Se taie ceapa mărunt şi se pune la fiert cu apa necesară. Se fierbe o jumătate de oră, după care se adaugă cartofii tăiaţi cubuleţe, sare şi se mai fierbe pînă cînd cartofii sînt gata. Se drege cu smîntînă şi se presară cu pătrunjel verde tăiat mărunt şi cu piper pisat.

552. **Supă de cartofi cu fidea**

600 g cartofi, 150 g fidea, 2 gălbenuşuri, 2-3 linguri de smîntînă, 1 legătură de pătrunjel, sare, piper.

Se pun cartofii la fiert cu sare şi apa necesară supei. Cînd cartofii sînt aproape gata, se adaugă fideaua şi se mai fierb împreună 10—15 min, după care se lasă 10 min să se evapore. Apoi se adaugă pătrunjel tocat mărunt, piper pisat şi se potriveşte, după gust, cu sare. Înainte de a fi servită la masă, se drege supa cu gălbenuşuri de ouă şi cu smîntînă.

553. **Supă de cartofi cu praz**

1 1/2 kg praz, 600 g cartofi, 80 g unt, 200 g franzelă, 80 g şvaiţer, sare.

Se curăță, se spală, se taie prazul subțire și se călește în jumătate din unt. Cînd s-a înmuiat și a căpătat o culoare aurie, se strecoară în supă și se adaugă cartofii tăiați subțire și sare. Cînd au fiert cartofii, supa este gata.

Se servește cu cubulețe de franzelă prăjite în restul de unt și se presară cu șvaițer ras sau cu cașcaval ras.

554. **Supă de conopidă**

1 kg conopidă, 50 g unt, 50 g făină, 50 g orez, 500 ml lapte, 120 g smîntînă, sare.

Conopida se curăță și se ține în apă 1 oră (ca să iasă eventualele musculițe), după care se desparte în buchete și se pune la fiert în apă cu lapte, adăugînd și orezul spălat și opărit. Cînd conopida este fiartă se adaugă sosul alb preparat din unt, făină și stins cu supa în care a fiert conopida. Se potrivește de sare și se mai lasă să mai fiarbă cîteva minute. Se servește cu smîntînă. Se poate servi și cu crutoane de franzelă.

555. **Supă de conopidă cu turnăței**

Se prepară la fel ca în rețeta 554, numai că orezul și sosul alb se înlocuiesc cu coca de turnăței, care se toarnă în supă cînd conopida este aproape fiartă. Pentru coca de turnăței vezi rețeta 676.

556. **Supă de dovlecei**

1 kg dovlecei, 1 morcov sau 1 legătură de morcovi noi, 1-2 rădăcini de pătrunjel, 1 ceapă, 50 g unt, 60 g orez, 30 g făină, 1 legătură de mărar, 1 gălbenuș de ou, 2-3 linguri de smîntînă, sare, piper și, după gust, zeamă de lămîie.

Zarzavatul, curățat și spălat, se taie mărunt și se pune la fiert cu apă și sare. După ce este aproape fiert, se adaugă dovleceii rași de coajă și tăiați în cubulețe, orezul spălat și se lasă să fiarbă 15—20 min. Între timp, se prepară, din unt și făină, un sos alb și se adaugă la supă; de asemenea, se adaugă mărar tăiat mărunt, sare, piper și zeamă de lămîie după gust. După ce s-a luat supa de pe foc, se lasă 10—15 min la o parte, apoi se drege cu gălbenuș de ou și cu smîntînă.

557. **Supă de gulii cu turnăței**

600 g gulii tinere, 100 g ceapă, 2 ouă, 100 g smîntînă, 80 g făină, 1 pahar de lapte, sare, 50 g unt.

Se curăță guliile și ceapa, se taie ceapa mărunt, iar guliile în cubulețele și se pun împreună la fiert în apă clocotită cu sare. Separat, se prepară turnățeii (v. rețeta 676) și se pun în supă. După ce vasul cu supă s-a luat de pe foc, se mai lasă 10—20 min, apoi se adaugă unt proaspăt sau smîntînă.

558. **Supă de primăvară**

2-3 gulii, 1 legătură de morcovi noi, 2-3 fire de ceapă, 300 g cartofi noi, 50 g unt, sare, verdeață.

Pentru turnăţei: *2 ouă, 80 g făină, 1 pahar lapte.*

Se curăţă legumele, se spală în mai multe ape, apoi se taie mărunt şi se pun la fiert într-o oală cu apă şi sare. Cînd legumele sînt fierte se toarnă în supă turnăţeii preparaţi ca în reţeta 676, după care se continuă după explicaţiile de la reţeta anterioară.

559. **Supă din diferite legume**

2-3 ardei graşi, 1/2 conopidă, 2 cepe mici, 100 g mazăre, 100 g fasole verde, 200 g roşii, 1 dovlecel, 1/2 ţelină, verdeaţă, 60 g unt, sare, smîntînă.

Se curăţă legumele, se spală în mai multe ape, se taie mărunt şi se pun la fiert într-un vas cu apă rece. Cînd sînt fierte se adaugă roşiile curăţate de pieliţă şi de seminţe, tăiate în bucăţi, se potriveşte supa de sare şi, după două-trei clocote, se ia vasul de pe foc. Se adaugă unt proaspăt, verdeaţă tăiată mărunt şi se drege cu smîntînă. Faţă de legumele indicate în reţetă, se mai pot adăuga şi altele ca: varză creaţă, praz, cartofi, sau se prepară din legumele pe care le avem la îndemînă, iar în loc de unt se poate folosi şi ulei sau margarină.

560. **Supă de mazăre verde**

500 g mazăre verde boabe, 1 ceapă, 1 legătură de morcovi noi, 50 g unt, turnăţei preparaţi din 60 g făină şi 2 ouă, verdeaţă, sare.

Se taie mărunt ceapa şi se înăbuşă în unt împreună cu morcovii tăiaţi tot mărunt. Cînd s-au călit puţin se sting cu apa necesară pentru supă. Se adaugă mazărea şi se lasă să fiarbă pînă se înmoaie. Se potriveşte de sare, după care se adaugă turnăţeii (v. reţeta 676) şi se mai lasă să fiarbă încă 10 min.

561. **Supă de fasole verde**

800 g fasole verde păstăi, 300 g zarzavat de supă, 1 lingură de mărar sau pătrunjel verde tăiat mărunt, 60 g unt, 50 g făină, 200 g smîntînă, sare.

Se fierbe zarzavatul ca pentru supa de legume (v. reţeta 539). Cînd zarzavatul este aproape fiert, se adaugă fasolea curăţată de aţă şi de vîrfuri, spălată şi tăiată mărunt şi se lasă să fiarbă pînă este gata. Apoi se adaugă rîntaşul preparat din făină şi unt stins cu supă, se potriveşte de sare, se drege cu smîntînă puţin acrişoară şi se presară cu verdeaţă tăiată mărunt.

562. **Supă de fasole albă uscată**

300 g fasole uscată, 80 ml ulei, 60 g ceapă, 1 morcov, 1/2 ţelină, 1 foaie de dafin, 1 rădăcină de. pătrunjel, 1 legătură de verdeaţă.

Se spală fasolea, se pune la înmuiat şi cînd s-a umflat se spală din nou şi se pune la fiert cu apă rece. După primul clocot se scurge apa şi se pune din nou la fiert cu apă caldă. Se fierbe pînă se înmoaie bobul. Între timp, se călesc legumele şi, cînd s-au înmuiat şi colorat puţin, se adaugă la supă. După ce totul a fiert bine, se potriveşte de sare şi se serveşte cu verdeaţă presărată deasupra.

563. **Supă italiană de fasole (Minestrone)**

250 g fasole uscată, 1 ceapă, 1 morcov, 1 ţelină, 1 foaie de dafin, 100 g macaroane, 50 g bulion de roşii, 100 ml ulei, 200 g parmezan, 1 fir de cimbru, usturoi şi sare după gust.

După ce a fiert fasolea (v. reţeta anterioară), se adaugă zarzavatul tăiat mărunt, călit în ulei şi apoi stins cu bulion de roşii, foaia de dafin, cimbrul, usturoiul pisat şi macaroanele fierte separat, tăiate potrivit. Se mai lasă la fiert 10—15 min, amestecînd tot timpul ca să nu se prindă. După ce se ia de pe foc şi în momentul servirii la masă se adaugă parmezan ras.

564. **Supă franţuzească de ceapă cu şvaiţer**

600 g ceapă, 200 ml ulei, 200 g franzelă, 150 g şvaiţer, 2 1/2 - 3 l supă de legume strecurată, sare, piper.

Această supă se pregăteşte într-un vas care poate fi pus la cuptor, de preferinţă vas de sticlă Jena; se poate pregăti supa în porţii separate, în atîtea tambale (căni de metal sau alpaca) cîte persoane avem la masă. Se taie ceapa în felii subţiri şi se prăjeşte cîte puţină în ulei încins şi pe măsură ce capătă o culoare aurie se scoate şi se pune alta pînă se prăjeşte toată ceapa.

Se pune ceapa prăjită în vasul pentru supă. Apoi se taie franzela în felii subţiri care se pun într-o tavă şi se introduc în cuptor spre a se rumeni (atenţie să nu se ardă). Se umple vasul cu supă strecurată de legume sau de oase, se potriveşte de sare şi piper, iar deasupra se pun feliile de franzelă. Se presară totul cu şvaiţer sau cu caşcaval ras şi se introduce în cuptorul bine încins, să se rumenească (gratineze) foarte repede.

Se serveşte imediat după ce a fost scoasă din cuptor.

Această supă este specific franţuzească (Soupe a l'aignon).

565. **Supă de chimen**

Pentru 6 porţii: *20 g chimen, 100 g unt sau ulei, 100 g făină, 200 g franzelă, 50 g unt, 1 morcov, 1 rădăcină de pătrunjel, 1/2 ţelină, sare.*

Se taie legumele în felii şi se fierb în apa necesară pentru 6 porţii de supă. Cînd legumele sînt fierte se adaugă chimenul spălat şi se mai lasă să fiarbă împreună 10—15 min. Separat, într-o tigaie sau crăticioară, se prepară rîntaşul din făină şi unt sau ulei şi, după ce făina cu uleiul s-au încins bine şi chiar s-au rumenit puţin, se stinge cu supă şi se răstoară în vasul cu supă şi împreună se mai dau în cîteva clocote, după care se strecoară şi se potriveşte de sare. Se serveşte cu crutoane de franzelă rumenite cu unt (v. reţeta 668).

566. **Supă bulgărească de măcriş**

1 kg măcriş, 100 g orez, 100 g unt, 100 g smîntînă, 2 gălbenuşuri, 50 g făină, zahăr, sare.

Măcrişul se curăţă de cotoare, se spală în mai multe ape, se scurge bine de apă şi se zvîntă, apoi se taie nu prea mărunt, se pune într-o cratiţă cu unt încălzit şi se călesţe 5—6 min pe foc iute, după care se stinge cu supă de legume sau cu apă clocotită cu puţină sare. Se adaugă orezul ales şi spălat şi se lasă să fiarbă la foc mic, acoperit. Cînd orezul este

gata, se ia vasul de pe foc și se lasă puțin să se evapore, după care se drege în felul următor: gălbenușurile se freacă cu puțină sare, făină, smîntînă și se subțiază adăugînd treptat cîte puțină supă pînă aceasta se termină, sau compoziția de gălbenușuri se introduce direct în vasul cu supă.

567. **Supă de ciuperci cu turnăței**

400-500 g ciuperci proaspete, 60 g unt, 50 g făină, 1 morcov, 1 ceapă, 1 țelină, sare, turnăței preparați din 60 g făină și 2 ouă, verdeață.

Se fierbe zarzavatul într-o cantitate de apă potrivită. Ciupercile se curăță, se spală bine în mai multe ape reci, după care se taie foarte subțire și se înăbușă în unt. Cînd începe să scadă apa lăsată de ciuperci se presară peste ele făină, se amestecă 2—3 min pe foc, după care se stinge cu zeama de la zarzavat. Se adaugă turnățeii care se prepară ca în rețeta 676. Se lasă să fiarbă în supă 10 min, după care se potrivește de sare și se ia vasul de pe foc.

568. **Supă de ciuperci uscate (hribi)**

60-80 g ciuperci uscate sau hribi, 1 ceapă, 1 țelină, 2-3 rădăcini de pătrunjel, 2 ouă, 80 g făină, 60 g unt și 60 g făină pentru rîntaș, sare, piper, verdeață.

Se fierb legumele crestate la capete în cantitatea de apă necesară. Cînd sînt gata supa se strecoară.

Între timp, ciupercile se spală bine cu apă rece, se taie mărunt, se pun în supa de legume strecurată și se lasă să fiarbă pînă sînt gata. Se adaugă apoi rîntașul obținut prin rumenirea făinii în 60 g unt sau ulei și stins cu supă. Se adaugă apoi turnățeii (v. rețeta 676), se potrivește de sare, piper și, după gust, se poate acri cu zeamă de lămîie.

569. **Supă de ciuperci cu orez sau cu găluște**

Se prepară ca supele anterioare, cu deosebirea că în loc de turnăței se adaugă 60—80 g orez sau găluște care se prepară în felul următor: se freacă 50 g unt, se adaugă 2 gălbenușuri, unul cîte unul, apoi albușurile bătute spumă și făină cît cuprinde. Se pun la fiert direct în supa clocotită, puse una cîte una cu o linguriță. Se fierb 5—6 min.

570. **Supă de spanac**

Pentru 6 porții: *600 g foi de spanac, 3 l supă de legume, 50 g făină, 1 legătură de mărar, 1 legătură de pătrunjel, cîteva fire de ceapă verde, 50 g unt, 2 gălbenușuri, 2-3 linguri de smîntînă, sare.*

Se prepară o supă de legume (legumele se pun pentru gust) și se strecoară. Cu supa obținută se stinge făina călită cu unt, se adaugă spanacul și toate verdețurile spălate și tocate mărunt, se fierb 10—15 min, după care se potrivesc de sare și se ia vasul de pe foc. După 10 min supa se drege cu gălbenușuri și smîntînă.

571. **Supă de lobodă**

Se prepară la fel ca în rețeta anterioară, înlocuindu-se spanacul cu lobodă și adăugîndu-se în plus 60 g orez, iar după gust se poate acri cu zeamă de lămîie.

572. **Supă de sparanghel**

Pentru 6 porţii: *500 g sparanghel, 50 g făină, 50 g unt, 2 gălbenuşuri, 2-3 linguri de smîntînă, sare.*

Sparanghelul se rade cu cuţitul, începînd de la vîrf în jos, curăţind pieliţa (fără să se cureţe şi vîrfurile), apoi se leagă cu aţă în două locuri (ca un snop) şi se pune la fiert cu puţină sare şi cu cantitatea de apă necesară pentru supă. Se fierbe la foc domol. Cînd sparanghelul este fiert, se scoate şi după ce s-a răcit puţin se taie vîrfurile şi porţiunile fragede din tulpină, iar restul (cotoarele) se dau prin sită şi se pun în supa în care a fiert sparanghelul şi în care s-a pus rîntaş (sos alb) preparat din unt şi făină. Se dă din nou într-un singur clocot, după care se ia vasul de pe foc, se adaugă vîrfurile şi porţiunile fragede de sparanghel şi apoi se drege cu gălbenuşuri şi smîntînă.

Se serveşte cu saleuri cu caşcaval sau cu diferite pateuri.

573. **Supă de urzici**

Pentru 6 porţii: *500 g urzici, 100 g ceapă, 50 g unt sau 70 ml ulei, 30 g făină.*

Urzicile, curăţate de cotoare, se spală bine în mai multe ape, se opăresc cu apă clocotită cu sare, după care se strecoară şi se răcesc cu apă rece.

Separat, într-un vas, se pune untul sau uleiul şi ceapa tăiată mărunt, care se călеşte pînă se încinge bine, apoi se adaugă făina şi se mai călеşte 5—6 min, după care se stinge cu 3 l de apă caldă, lăsînd să mai fiarbă 10 min. Se strecoară supa, se adaugă urzicile tăiate (nu prea mărunt) şi se mai fierbe 15—20 min. După gust, se poate drege cu smîntînă.

Se serveşte cu crutoane de pîine prăjite la cuptor şi unse cu usturoi pisat.

574. **Supă de varză dulce**

Pentru 6 porţii: *1-1 1/2 kg varză albă, 100 g unt, 60 g orez sau 100 g fidea, 100 g smîntînă, 200 g ceapă, sare.*

Ceapa se taie mărunt şi se călеşte într-un vas cu unt înfierbîntat, după care se adaugă varza tăiată în fîşii subţiri şi împreună se înăbuşă 20—30 min. Apoi se stinge cu 1 l apă clocotită, se adaugă orezul spălat, sare, după gust, şi se lasă să fiarbă 20—30 min. (În loc de orez se pot adăuga în supă tăiţei fierţi separat şi apoi se mai dau împreună într-un clocot).

Se serveşte cu smîntînă.

575. **Supă de varză creaţă**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, cu singura deosebire că se foloseşte soiul de varză creaţă, care dă supei un gust mult mai bun.

576. **Supă de cireşe**

Pentru 6 porţii: *1/2 - 1 kg cireşe proaspete, 50-60 g făină, 80-100 g zahăr, 100 g smîntînă, sare.*

Se spală cireşele, li se scot sîmburii, şi se pun într-un vas cu apă (3

l), puțin zahăr și sare. Se fierb 10 min, după care se adaugă făina (uscată în prealabil bine în cuptor) amestecată cu restul de zahăr și se toarnă treptat în supă amestecînd pînă dă într-un clocot. Pentru gust și după plac, se pot adăuga coajă de lămîie sau de portocale, vanilie sau scorțișoară.

Se servește dreasă cu smîntînă.

577. **Supă de vișine**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că în loc de cireșe se folosesc vișine.

9.1.4. SUPE-CREMĂ

578. **Supă-cremă de vișine**

1 kg vișine bine coapte, 50 g unt, 50 g făină, 100 g zahăr, 2 gălbenușuri, 2-3 linguri smîntînă, sare, scorțișoară.

Vișinele se curăță de codițe, se pun într-un vas cu 3 l de apă, puțin zahăr, scorțișoară și se fierb 10—15 min, după care se scurge zeama în alt vas, iar vișinele se trec prin sită și se adaugă în apa în care au fiert. Separat, într-o cratiță se pun untul și restul de zahăr la topit. Cînd zahărul s-a colorat se adaugă făina, se stinge cu zeama de la vișine, apoi se răstoarnă în supă. Se dă într-un clocot și se ia vasul de pe foc. După ce s-a răcit puțin se drege cu gălbenușuri și smîntînă.

Se servește cu crutoane de franzelă prăjite în cuptor.

579. **Supă-cremă de mere sau de pere**

Modul de pregătire este la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că în loc de vișine se folosesc mere sau pere.

580. **Supă-cremă de arpacaș**

500 g arpacaș, 100 g ceapă, 100 g rădăcini de pătrunjel, 50 g unt sau ulei, 2 gălbenușuri, 2-3 linguri smîntînă, 300 g franzelă, sare.

Arpacașul ales și bine spălat se pune la fiert în apă fierbinte. După ce a dat în fiert se micșorează focul ca să fiarbă lent, se adaugă rădăcinile de pătrunjel, puțină sare, ceapa tăiată mărunt și călită în unt. Se fierbe într-un vas acoperit și din cînd în cînd se amestecă cu o lingură de lemn. După ce arpacașul s-a fiert bine, se strecoară pasîndu-se bine prin pasoar sau prin sită. Se pune din nou la foc, amestecîndu-se pînă dă în fiert, apoi se dă la o parte de pe foc, se potrivește de sare și se drege cu gălbenușuri și cu smîntînă.

Se servește cu crutoane de franzelă rumenite puțin la cuptor (v. rețeta 668).

581. **Supă-cremă de varză de Bruxelles**

Pentru 6 porții: *600 g verzișoare Bruxelles, 100 g unt, 100 g făină, 2 gălbenușuri, 300 g cartofi, 100 g ceapă, 200-300 g franzelă, sare.*

Într-un vas se încălzește untul, se adaugă ceapa tăiată felii și după ce s-a călit puțin se adaugă cartofii tăiați felii, verzișoarele și apoi făina.

Totul se înăbuşă 10 min, amestecînd din cînd în cînd, apoi se stinge cu 1 l de zeamă de legume sau cu apă clocotită. După ce au fiert bine, legumele se trec prin pasoar sau prin sită împreună cu apa în care au fiert şi se dă supa din nou într-un clocot. Se ia apoi vasul la o parte de pe foc şi crema se drege cu gălbenuşuri sau cu smîntînă, sau cu ambele.

Se serveşte cu crutoane de franzelă.

582. **Supă-cremă de cartofi**

Pentru 6 porţii: *1 1/2 kg cartofi, 200 g ceapă, 60 g făină, 100 g unt, 2-3 gălbenuşuri de ouă, 200 g franzelă, 200 ml lapte.*

Ceapa se căleşte cu o parte din unt şi cînd este pe jumătate prăjită se adaugă făina, se mai lasă să se călească, după care se pune în oala în care fierb cartofii curăţaţi. Se adaugă apă sau zeamă de legume atît cît este necesar pentru supă, se potriveşte de sare şi se pune din nou pe foc să dea într-un clocot, după care crema obţinută se drege cu gălbenuşuri de ou bătute cu lapte călduţ (nu tare fierbinte, ca să nu se taie gălbenuşurile).

Se serveşte cu crutoane de pîine prăjite în unt.

583. **Supă-cremă de fulgi de cartofi**

100 g fulgi de cartofi, 3 l de apă, 100 g unt, 2-3 gălbenuşuri, 2-3 linguri de smîntînă, sare, piper, 200 g crutoane de franzelă.

Într-un vas de supă se pun fulgii de cartofi şi se desfac cu supă de legume sau cu apă călduţă. Se amestecă apoi bine cu restul de apă necesară pentru o supă de 6 porţii, se potriveşte de sare şi se lasă să fiarbă pînă se îngroaşă supa potrivit, se amestecă din cînd în cînd, după care se ia vasul de pe foc şi se drege cu gălbenuşuri şi smîntînă.

Se serveşte cu crutoane de franzelă prăjite.

584. **Supă-cremă de praz**

Pentru 6 porţii: *800 g praz, 500 g cartofi, 150 g unt, 600 g făină, 1 ţelină, cîteva boabe de piper, 1 lămîie, 2 gălbenuşuri sau 100 g smîntînă, 200 g crutoane de franzelă.*

Se taie subţire partea albă a prazului şi se înăbuşă cu o parte din unt. După ce s-a înmuiat, se adaugă apă cîtă este nevoie pentru supă, cartofii tăiaţi felii, ţelina, sare şi se lasă să fiarbă maximum 1 oră. Se trec apoi legumele şi supa prin pasoar sau prin sită, se adaugă rîntaşul (făină cu unt uşor prăjită şi subţiată cu supă) şi se lasă să mai fiarbă 5—6 min, amestecîndu-se mereu. Se potriveşte de sare, de zeamă de lămîie şi se continuă după indicaţiile din reţeta anterioară.

585. **Supă-cremă de conopidă**

800 g conopidă, 60 g făină, 150 g unt, 100 g ceapă, 2 ouă, 200 g franzelă, sare, 100 g smîntînă.

Se pune conopida curăţată şi spălată în apă fierbinte cu sare. După cîteva minute se scurge şi se pune la fiert în apă cu sare, apoi după ce a fiert se scoate conopida din vas pe un platou şi se aleg bucheţele întregi pentru garnitură, iar restul se dă prin sită. Între timp, se căleşte ceapa cu o parte din unt, se adaugă făina, se mai căleşte puţin, după care se stinge

cu apa în care a fiert conopida, se strecoară și se pune să dea un clocot. Se potrivește apoi de sare și după ce s-a luat de pe foc se drege cu ou. Ouăle pot fi bătute cu 100 g smîntînă subțiată cu supă, punîndu-se treptat în oală să nu se taie crema de conopidă.

Se servește cu unt, bucheţele de conopidă puse în farfurie sau în supieră și cu crutoane de franzelă.

586. **Supă cremă de dovlecei**

800 g dovlecei tineri, 100 g ceapă, 100 g unt, 2 ouă, 1 pahar smîntînă, 1 lămîie, 1 legătură de mărar, 100 g făină, sare, 3 l supă de legume.

Dovleceii tineri, fără semințe, curățați de coajă, tăiați în bucăți, se fierb în 3 l supă de legume sau în apă clocotită cu puțină sare, timp de 1 oră. Între timp, se călește ceapa tăiată mărunt cu unt, timp de 5—6 min, după care se adaugă făina și se mai călește 10 min, se stinge cu zeama în care fierb dovleceii și după ce rîntașul s-a subțiat se răstoarnă în vasul cu dovlecei, lăsîndu-se să mai fiarbă 10—20 min. Se trece apoi supa prin pasoar și se dă din nou într-un clocot, după care se ia de pe foc, se potrivește de sare, se adaugă mărar tocat și se drege cu ou și smîntînă. Eventual, se mai poate adăuga, după gust, și zeamă de lămîie.

587. **Supă-cremă de gulii**

Modul de pregătire este la fel ca în rețeta precedentă, în loc de dovlecei folosindu-se 1 kg de gulii tinere.

588. **Supă-cremă de morcovi**

Pentru 6 porții: *400 g morcovi, 30 g făină, 100 g unt, 3 l supă de legume sau apă, 1/2 pahar smîntînă, zahăr, 200 g crutoane de franzelă rumenită.*

Se curăță morcovii, se spală, se taie în felii și se pun la fiert cu puțină apă, 1 linguriță de zahăr și 1/2 linguriță de sare. Se fierb pînă sînt gata. Separat, într-o cratiță, se încălzește unt, se adaugă făina și după 5—6 min se stinge cu 3 l de supă de legume, sau cu apă și se răstoarnă peste morcovi, lăsîndu-se să mai fiarbă împreună 5—6 min, după care se dau prin pasoar sau printr-o sită deasă. Se lasă să mai dea într-un clocot, se ia vasul de pe foc la o parte și după 10—15 min se drege cu ou și smîntînă.

Se servește cu crutoane de franzelă rumenite puțin la cuptor.

589. **Supă-cremă de țelină**

Pentru 6 porții: *400 g țelină, 100 g ceapă, 300 g cartofi, 100 g unt, 100 g făină, franzelă, sare.*

Se curăță țelina și ceapa, se spală, se taie în felii, se înăbușă împreună într-o cratiță cu unt, timp de 20—30 min, pe foc domol, amestecîndu-se din cînd în cînd. Se adaugă făina și se continuă călirea încă 5—6 min, amestecînd, după care se stinge cu supă de legume sau cu apă caldă. Se adaugă cartofii tăiați felii și se amestecă pînă dă în clocot, apoi se lasă să fiarbă lent pe foc mic pînă ce legumele sînt gata. Acestea se trec prin pasoar sau prin sită și vasul cu cremă se pune pe foc, se potrivește de sare și se amestecă pînă ce dă într-un clocot, după care se ia jos

de pe foc. Se poate drege cu ou și smîntînă și se servește cu crutoane de franzelă.

590. **Supă-cremă de mazăre uscată**

Pentru 6 porții: *500-600 g mazăre uscată, 100 g ceapă, 100 ml ulei, 30 g făină, 1 foaie de dafin, sare.*

Mazărea uscată se alege și se pune la înmuiat. După cîteva ore se scurge și se pune la fiert cu apă rece. Separat, într-o cratiță cu ulei înfierbîntat se călește puțin ceapa tăiată în felii, apoi se adaugă făina, foaia de dafin și se stinge cu zeamă în care a fiert mazărea, adăugîndu-se la urmă și mazărea bine fiartă (aproape ca piureul). Se mai lasă să fiarbă împreună 15—20 min, după care se trece totul prin sită sau prin pasoar și se pune din nou pe foc, amestecîndu-se pînă dă în fiert, apoi se ia de pe foc. Se poate drege cu gălbenușuri sau numai cu smîntînă.

Se servește cu crutoane de franzelă tăiate în cubulețe mici, rumenite la cuptor. (Cubulețele se pun într-o tavă, se stropesc cu unt, se introduc în cuptor la temperatura de 50°C și se amestecă din cînd în cînd ca să se rumenească fără să se ardă).

591. **Supă-cremă de linte**

Se prepară ca supa-cremă de mazăre (v. rețeta 590), folosind aceleași cantități și înlocuindu-se mazărea uscată cu 400 g linte (pentru 6 persoane).

592. **Supă-cremă de fasole uscată**

Pentru 6 porții: *300 g fasole boabe, 200 g ceapă, 100 ml ulei, 60 g unt, 30 g făină, 200 g crutoane de franzelă, 50 g țelină, 1 foaie de dafin, cîteva boabe de piper, sare.*

Fasolea uscată se alege și se pune pentru cîteva ore la înmuiat, după care se scoate din apă și se pune la fiert cu altă apă. După ce a dat în primul clocot se scurge de apă și se pune din nou la fiert cu apă fierbinte, timp de circa 1 oră, după care se adaugă țelina, piperul și foaia de dafin. Cînd fasolea a fiert complet, se adaugă rîntașul preparat din ceapă, ulei și făină, se potrivește de sare și se trece prin pasoar sau prin sită. Dacă supa-cremă este prea groasă, se subțiază cu o supă de legume sau, în lipsa acesteia, numai cu apă fiartă. Se mai dă o dată în fiert, amestecîndu-se să nu se prindă. Se servește cu unt și crutoane.

593. **Supă-cremă de orez**

300 g orez, 100 g ceapă, 1 țelină, 1-2 rădăcini de pătrunjel, 100 g unt, 1 l lapte, 2 gălbenușuri, sare.

În 50 g unt se înăbușă ceapa tăiată mărunt, se adaugă orezul spălat și se stinge cu supă de legume sau cu apă fierbinte. În restul de unt se călesc țelina și pătrunjelul curățate, spălate și tăiate în felii subțiri. După ce s-au călit puțin se toarnă peste orez și se fierb împreună pînă se terciuiește orezul, apoi se adaugă sare și se trece totul prin sită. Se adaugă laptele călduț și se pune din nou pe foc, amestecîndu-se pînă dă în fiert, după care se ia de pe foc și se drege cu gălbenușuri și eventual cu zeamă de lămîie, după gust, sau cu smîntînă acrișoară.

594. **Supă-cremă de legume**

300 g cartofi, 150 g morcovi, 100 g ceapă, 1 ţelină, 200 g mazăre verde, 100 g unt, 60 g făină, 2 gălbenuşuri, 100 g smîntînă, 200 g franzelă, sare.

Se curăţă şi se spală legumele, se taie în felii subţiri şi se înăbuşă cu unt. După ce legumele s-au înmuiat, se adaugă apă caldă (potrivit necesarului de supă), cartofii tăiaţi felii, sare şi se lasă să fiarbă 1—2 ore. Apoi totul se trece prin sită, se adaugă făină dizolvată cu puţin lapte sau apă şi se mai lasă să fiarbă 5—10 min, amestecîndu-se mereu pînă se va lua vasul de pe foc. Se drege cu gălbenuşuri bătute cu smîntînă şi se serveşte cu crutoane de franzelă.

595. **Supă-cremă de ciuperci cu pateuri**

400 g ciuperci proaspete sau conservate, 100 g unt, 100 g ceapă, 1 ţelină, 1-2 rădăcini de pătrunjel.

Pentru pateuri: *100 g făină, 100 g unt sau margarină, 100 g brînză de vaci bine scursă, sare.*

Ciupercile se curăţă, se spală şi se împart în două. O parte se taie felii subţiri şi se călesc împreună cu 50 g ceapă tăiată tot subţire şi cu 50 g unt. Cînd acestea s-au călit puţin, se adaugă ţelina şi rădăcinile de pătrunjel (curăţate, spălate şi tăiate în felii subţiri) şi se mai călesc 10 min împreună, după care se presară cu 1 lingură plină de făină, se amestecă bine şi se stinge cu 3 l de apă caldă. Se lasă să fiarbă bine 1 oră, după care se strecoară pasîndu-se tot conţinutul prin sită. Se potriveşte de sare şi se mai dă într-un singur clocot. Crema astfel obţinută poate fi servită imediat cu diferite garnituri, sau se ţine la cald într-un alt vas cu apă fierbinte, pînă se coc pateurile

Coca de pateuri poate fi preparată din timp, sau cu o seară înainte, în felul următor: făina, untul sau margarina şi brînza de vaci se frămîntă la un loc pînă ce coca devine omogenă, după care se pune la rece pînă la întrebuinţare. Între timp, se prepară umplutura din partea de ciuperci rămase, care se toacă foarte mărunt şi se pun la prăjit cu restul de unt şi de ceapă tăiată la fel de mărunt. Cînd sînt gata prăjite se poate adăuga 1 lingură de pesmet, una de pătrunjel verde tocat mărunt, potrivindu-se apoi de sare şi de piper, după gust. Cînd compoziţia de umplutură s-a răcit, se umplu cu ea pateurile preparate astfel: din cocă se întinde o foaie groasă de 1/2 cm, se taie cu ruleta sau cu un cuţit foaia în pătrate cu laturile de 4 x 4 cm şi în mijlocul fiecărui pătrat de cocă se pune cîte o linguriţă de umplutură, după care se îndoaie două din colţurile opuse formînd un triunghi. Fără să se ungă, pateurile se aşază într-o tavă, lăsînd distanţe mici între ele şi se introduc în cuptorul bine încins, unde se ţin pînă se rumenesc puţin. Această umplutură de ciuperci poate fi înlocuită cu o umplutură de brînză.

596. **Supă-cremă de spanac**

1 kg spanac, 100 g unt, 100 g făină, 100 g ceapă, 100 g smîntînă, 2 gălbenuşuri, crutoane de franzelă, sare.

Se curăţă spanacul de codiţe şi de frunzele pătate şi îngălbenite, se spală în mai multe ape şi se pune la fiert în 3 l de apă clocotită cu sare. După ce a fiert bine, se strecoară spanacul (păstrîndu-se zeama în care a fiert spanacul) şi se trece prin pasoar sau prin sită.

Separat, într-un vas, se pun untul și ceapa tăiată în felii subțiri, care se călește 5—6 min, după care se adaugă făina, se mai călește puțin, se stinge cu zeamă în care a fiert spanacul, subțiindu-se potrivit și se lasă să fiarbă 5—6 min, apoi se strecoară într-un vas, se adaugă piureul de spanac, se potrivește de sare și dacă mai trebuie subțiată crema se mai toarnă în ea zeamă după care se pune din nou pe foc amestecîndu-se pînă dă într-un clocot. Se ia apoi supa de pe foc, se drege cu gălbenușuri și cu smîntînă, și se servește cu crutoane de franzelă ușor rumenite.

597. **Supă-cremă de salată verde**

Se prepară la fel ca în rețeta anterioară, înlocuindu-se spanacul cu salată verde.

598. **Supă-cremă de urzici**

Se prepară la fel ca supa-cremă de spanac (v. rețeta 596), înlocuindu-se spanacul cu urzici.

599. **Supă-cremă de sparanghel**

500-600 g sparanghel, 50 g făină, 50 g unt, 2 gălbenușuri, 100 g smîntînă, sare.

Se prepară la fel ca în rețeta 602.

600. **Supă-cremă de chimen**

100 g unt, 60 g făină, 30 g chimen, sare, 200-300 g crutoane de franzelă, 3 l de supă de legume.

Întîi se prepară o supă de legume. Separat, într-o cratiță, se înfierbîntă untul, se adaugă făina, se lasă să se rumenească puțin și se adaugă chimenul spălat. Se mai călesc împreună 2—3 min, după care se stinge cu supă de legume sau cu apă fierbinte cu sare și se mai fierbe 10—15 min, apoi se strecoară. Se servește cu crutoane de franzelă prăjite.

601. **Supă-cremă de mazăre verde**

600 g mazăre verde boabe proaspătă sau din conservă, 100 g unt, 50 g făină, 100 g smîntînă, 2 gălbenușuri, sare, 200 g crutoane de franzelă.

Se pune mazărea la fiert în apă clocotită și sare. Apa în care se fierbe mazărea nu trebuie să depășească cantitatea necesară pentru cremă. Separat se călește făina cu unt pînă se rumenește puțin, se stinge cu supă în care fierbe mazărea și se răstoarnă peste mazăre. Cînd bobul de mazăre este fiert, se trece totul prin sită și se mai dă într-un clocot, apoi se ia vasul de pe foc și cînd supa s-a răcit puțin se drege cu ouă și smîntînă. Se servește cu crutoane de franzelă.

602. **Supă-cremă de fasole verde**

1,250 kg fasole păstăi (de preferință fideluță), 150 g ceapă, 100 g unt, 60 g făină, 100 g smîntînă, sare, 200 g crutoane de franzelă.

Se curăță fasolea verde, se spală și se fierbe în apă clocotită cu sare. Cînd fasolea este aproape fiartă se adaugă rîntașul preparat din unt, ceapă și făină. Se mai lasă să fiarbă împreună cîteva minute, se strecoară, iar fasolea se trece prin pasoar sau prin sită, se adaugă zeama și se mai fierbe 5—10 min, după care se ia vasul de pe foc. Se drege cu gălbenușuri bătute cu smîntînă, adăugîndu-se cîte puțin din cremă, după care se toarnă în vasul cu cremă.

Se servește cu crutoane de franzelă stropite cu unt și ușor rumenite în cuptor.

9.2. BORȘURI

9.2.1. BORȘURI VEGETARIENE

Borșul, în afara gustului plăcut, are și o mare valoare nutritivă, datorită cantității mari de legume și a borșului de tărîțe cu care se acrește. În cazul în care borșul nu se drege cu ou și smîntînă, pentru a-i ridica totuși mai mult valoarea nutritivă se călesc mai întîi legumele în unt sau în ulei și abia după aceea se introduc în oala cu apă clocotită cu sare. Cantitatea de apă se pune în raport cu numărul de persoane care sînt la masă, socotind și adaosul de borș cu care se acrește la urmă borșul.

De menționat că, pentru acrit, borșul se adaugă la urmă, cînd zarzavaturile sînt bine fierte. El trebuie să fie fiert în prealabil separat, curățat de spuma ce se formează în timpul fiertului și strecurat. Pentru prepararea borșului de tărîțe a se vedea rețeta 628 „Borș de tărîțe".

603. **Borș de legume (zarzavat)**

300 g cartofi, 100 g morcovi, 2-3 rădăcini de pătrunjel, 1 țelină, 100 g ceapă sau praz, 2-3 ardei grași, 1 dovlecel, 1/4 varză (dintr-o varză mică), 100 ml ulei, 2-3 roșii, 1 legătură de mărar, 1 legătură de pătrunjel verde, 1/2 l borș de tărîțe, sare.

Față de legumele indicate în rețetar, se mai pot adăuga și altele, unele se pot înlocui, sau se pot folosi legumele pe care le avem la îndemînă, în funcție de sezon. Se curăță legumele, se spală și se taie după plac: mărunt în cubulețe, suțire fideluță (julien) sau se dau prin răzătoarea cu orificiile mari. Ardeiul gras, cartofii și dovleceii se taie în cuburi mici. Într-un vas cu capac, se toarnă uleiul și, după ce s-a încălzit puțin, se adaugă ceapa tăiată mărunt și se înăbușă 10 min sau pînă se înmoaie puțin. Apoi se adaugă legumele pe rînd (întîi cele mai tari): morcovul, rădăcina de pătrunjel, țelina și după ce și acestea s-au călit 10—12 min se stinge cu apă clocotită și se adaugă restul de zarzavat și cartofii; rămîn numai roșiile și verdeața care se adaugă la urmă. Se adaugă sare și se pune vasul pe foc să fiarbă legumele pînă ce sînt gata, după care se mai adaugă roșiile curățate de pieliță și tăiate în careuri mici. Apoi se potrivește de sare și se acrește după gust cu borșul de tărîțe fiert separat.

Se servește cu mărar și pătrunjel verde tăiate cît mai mărunt.

De reținut. Nu se adaugă roșiile în ciorbă sau în orice fel de mîncare pînă ce legumele (mai ales cartofii) nu sînt bine fierte, căci acreala de la roșii împiedică fierberea legumelor. Cînd se adaugă roșiile, pentru ele este suficient dacă se dau într-un clocot.

Borșul cu care se acrește se fierbe separat și numai după ce s-a luat spuma și a fost strecurat se adaugă în ciorbă, la sfîrșitul fierberii, altfel împiedică fierberea legumelor.

604. **Borş de legume cu smîntînă**

Se pregăteşte la fel ca în reţeta anterioară, folosind aceleaşi cantităţi de legume şi de zarzavat, cu deosebirea că nu se înăbuşă zarzavatul, iar la servire se adaugă smîntînă.

605. **Borş moldovenesc de legume**

300 g castraveţi muraţi, 100 g ceapă, 100 g morcovi, 2-3 cartofi, 1 ţelină, 2-3 rădăcini de pătrunjel, 100 ml ulei, cîte 1 lingură de verdeaţă tocată (mărar, leuştean şi pătrunjel), sare, borş după gust.

Zarzavatul se curăţă, se spală, se dă prin răzătoarea cu orificii mari, se pune într-un vas cu ulei şi se înăbuşă 15—20 min acoperit cu capacul, după care se stinge cu 2 l de apă clocotită şi se lasă să fiarbă. Separat se pun la fiert castraveţii curăţaţi de coajă şi seminţe şi tăiaţi în sferturi de felii şi, cînd zarzavatul este fiert, se adaugă în borş. Se potriveşte de sare şi de acreală (cu borş de tărîţe fiert separat). La servire se presară cu verdeţuri. (Borşul moldovenesc poate fi acrit şi cu zeamă de castraveţi muraţi).

606. **Borş moldovenesc cu fasole albă**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, dar în loc de cartofi şi castraveţi se adaugă la borş 200—300 g fasole fiartă separat, 1 fir de cimbru, 1 foaie de dafin şi se lasă să mai fiarbă 5—6 min, după care se acreşte cu borşul de tărîţe care a fost fiert separat. Se ia borşul jos de pe foc şi se adaugă verdeaţă tăiată mărunt şi eventual, după gust, usturoi pisat.

607. **Borş de legume ucrainean cu smîntînă**

400 g cartofi, 100 g ţelină, 60 g ceapă, 50 g morcovi, 300 g sfeclă roşie, 30 g bulion de roşii, 2 ardei graşi, 1 rădăcină de pătrunjel, 100 g roşii, 200 g varză dulce, 50 ml ulei, 150 g smîntînă, 1 foaie de dafin, 1/2 l borş, sare, verdeaţă, mărar şi pătrunjel.

Ceapa, ţelina, morcovii şi rădăcina de pătrunjel se curăţă, se spală, se taie fideluţă (julien), se pun într-un vas cu ulei înfierbîntat şi se călesc înăbuşit pînă se înmoaie. Separat, într-o oală, se pun la fiert cartofii curăţaţi şi tăiaţi în cuburi cu latura de circa 3 cm, apoi se adaugă: legumele înăbuşite, restul de zarzavat (ardeiul gras tăiat subţire, varza tăiată în careuri) şi condimentele. Sfecla se taie cît mai subţire (fideluţă), se pune într-o crăticioară, se sărează, se stropeşte cu o lingură de oţet şi se căleşte pe foc iute 5—6 min, după care se adaugă puţină apă şi se fierbe în continuare pînă este gata. Se răstoarnă în vasul cu zarzavat, se adaugă roşiile curăţate de pieliţă sau bulion de roşii, borşul de tărîţe fiert separat şi strecurat, se potriveşte de sare şi se mai fierb împreună încă 5—6 min. Apoi se ia vasul de pe foc, se presară borşul cu verdeaţă, se drege cu smîntînă sau se pune smîntîna în fiecare farfurie cînd se serveşte la masă. Smîntîna se poate servi şi separat, la masă, într-o sosieră.

Dacă vrem ca borşul să fie mai roşu, se rade o sfeclă roşie pe răzătoare, se stoarce şi zeama se toarnă în borş, după ce s-a luat de pe foc.

608. **Borş roşu cu colţunaşi (urechiuşe)**

Pentru borş: *1/2 kg sfeclă roşie, 1 ţelină mică, 2-3 rădăcini de pătrunjel, 50 g ceapă, 1/2 l borş, 30 g bulion de roşii, sare.*

Pentru cocă: *300 g făină, 1 ou.*

Pentru umplutură: *60 g ciuperci uscate sau hribi, 60 ml ulei, 1 g piper, 100 g ceapă.*

Se spală ciupercile uscate sau hribii în cîteva ape și se țin la înmuiat 1 oră, în apă călduță. Sfecla se curăță de coajă, se spală, se taie în felii groase și se pune la fiert împreună cu restul legumelor. Se fierb cu puțină sare pînă se înmoaie sfecla, se strecoară, iar în zeama obținută se adaugă rîntașul (pregătit din ulei, ceapă, bulion și 1 lingură plină de făină, totul prăjindu-se pînă se va rumeni puțin) și apoi borșul. Între timp, se prepară umplutura astfel: se fierb ciupercile în apa în care au fost ținute la înmuiat, apoi se scurge zeama, se toarnă în borș, iar ciupercile se toacă foarte mărunt. Apoi se încălzește ulei, într-o cratiță, se adaugă ceapa tăiată mărunt și cînd s-a călit se adaugă ciupercile, sare și piper. Dacă această umplutură este prea apoasă, se adaugă puțin pesmet. Coca se prepară ca pentru colțunași, din 300 g făină, 1 ou și puțină sare. Se întinde coca pe o planșetă presărată cu puțină făină, se taie pătrate cu latura de 2 cm, se așază pe ele cîte puțin din umplutura de ciuperci, se îndoaie și se suprapun două colțuri opuse ale fiecărui patrat, astfel ca să formeze cîte un triunghi, se lipesc bine, după care se strîng la capete, dîndu-le forma de urechiușe. Se pun colțunașii la fiert în borșul preparat din timp, cînd acesta dă în clocot, și se fierb cîteva minute pînă se ridică la suprafață. Dacă vrem ca borșul să fie mai roșu, se rade o sfeclă pe o răzătoare cu orificii mici, se stoarce și zeama se pune în borș.

609. **Borș țărănesc cu fasole albă uscată**

300 g fasole uscată, 300 g sfeclă roșie, 100 g ceapă, 1 morcov, 1 rădăcină de pătrunjel, 100 ml ulei, 1 foaie de dafin, 1 fir de cimbru, 1 legătură de pătrunjel verde, sare.

Se pune fasolea la înmuiat timp de 2—3 ore, după care se pune la fiert în apă rece împreună cu morcovul, pătrunjelul, foaia de dafin, cimbrul, ceapa și jumătate din ulei. Cu restul de ulei se brezează sfecla tăiată subțire.

Cînd bobul de fasole se sfărîmă între degete și sfecla s-a înmuiat separat, se pun toate împreună, se toarnă și borșul fiert în prealabil, se potrivește de sare și se mai dă o dată în fiert. Legumele care au fost puse la fiert împreună cu fasolea se scot din borș. Se servește presărat cu pătrunjel verde.

610. **Borș bucovinean cu ciuperci sau hribi uscați**

Pentru pregătirea borșului se procedează ca în rețeta anterioară, dar în loc de fasole se folosesc 200 g ciuperci proaspete, sau 50—60 g ciuperci uscate (hribi). După dorință, se poate servi cu smîntînă.

611. **Borș de ciuperci**

100 g ciuperci uscate sau 400 g ciuperci proaspete, 100 g ceapă, 80 ml ulei, 1 rădăcină de pătrunjel, 50 g făină, 1 foaie de dafin, 1 legătură de pătrunjel verde, 1/4 căpățînă usturoi, 400 g cartofi, sare, piper, 1/4 l borș de tărîțe.

Se spală în cîteva ape ciupercile (cele uscate se țin o oră în apă călduță), după care se pun la fiert. (Apa în care s-au înmuiat ciupercile se

toarnă în borş). Cartofii curăţaţi se taie în cubuleţe, iar o ceapă şi rădăcina de pătrunjel se crestează în lungime şi se pun la fiert cu 2,500 l de apă caldă şi cu puţină sare. Cînd totul este fiert, se adaugă ceapa tăiată mărunt, călită în ulei împreună cu făina şi stinsă cu zeamă în care au fiert legumele. Se adaugă ciupercile, fierte şi tăiate potrivit, împreună cu apa în care au fiert. (Dacă ciupercile sînt proaspete, ele se curăţă, se spală bine, se taie mărunt şi se călesc cu 30 ml ulei, pînă ce scade complet zeama pe care o lasă). Se potriveşte de sare, se adaugă borşul de tărîţe, după gust, şi se mai dă o dată în fiert. Apoi se scot ceapa întreagă şi rădăcina de pătrunjel, se presară borşul cu pătrunjel verde şi, după gust, se poate adăuga puţin usturoi pisat şi piper.

612. **Borş de lobodă cu smîntînă**

1 kg lobodă, 150 g ceapă, 100 g ceapă verde, 60 g orez, 100 g morcov, 1/2 ţelină, 100 ml ulei, 1/2 l borş de tărîţe, 100 g smîntînă, sare.

Se călesc potrivit, în ulei, ceapa tăiată mărunt, morcovul, ţelina şi ceapa verde, după care se sting cu apă caldă, se sărează şi se lasă să fiarbă. Se curăţă loboda, se spală în mai multe ape, se taie în fîşii de 1—2 cm şi se adaugă la zarzavaturi împreună cu orezul, lăsîndu-se să fiarbă la foc potrivit. Cînd zarzavatul este fiert, se adaugă borşul de tărîţe fiert separat (potrivindu-se de acru), sare, verdeaţă, apoi se drege cu ou şi smîntînă şi se poate servi.

613. **Borş de urzici**

Se pregăteşte la fel ca în reţeta anterioară cu aceleaşi componente şi cantităţi, cu deosebirea că în loc de lobodă se folosesc urzici.

614. **Borş de salată verde cu omletă**

600-800 g salată verde proaspătă, 1/2 l borş, 200 g ceapă verde şi usturoi, 4 ouă, 100 g unt sau ulei, 100 g smîntînă, sare, 50 g orez şi cîte 1 lingură de pătrunjel, mărar şi leuştean.

Se curăţă ceapa verde, usturoiul, salata şi se spală bine. Ceapa şi usturoiul se taie mărunt şi se călesc în jumătate din cantitatea de ulei pînă se înmoaie, apoi se adaugă salata scursă bine de apă şi tăiată în şuviţe şi se călesc împreună înăbuşit 5—6 min, după care se stinge cu 2—3 l de apă fierbinte. Se adaugă orezul, sare şi se fierb toate 30 min, după care se adaugă borşul de tărîţe şi verdeaţa şi se ia vasul de pe foc. Se drege borşul cu 2 gălbenuşuri de ouă şi cu smîntînă.

Borşul se serveşte cu ompletă preparată între timp din albuşurile rămase de la gălbenuşurile cu care s-a dres borşul şi din două ouă, prăjite în restul de ulei. Omleta se taie în pătrăţele şi se introduce în borş sau se împarte în farfurii adînci peste care se toarnă borşul.

615. **Borş de spanac cu omletă**

Se pregăteşte la fel ca în reţeta anterioară, cu aceleaşi componente şi cantităţi, dar în loc de salată verde se foloseşte spanac.

616. **Borş de spanac cu zarzavat**

500-600 g spanac, 100 g morcovi, 2-3 rădăcini de pătrunjel, 100 g ceapă, 2-3 roşii sau suc de roşii, 100 ml ulei, 300 g cartofi, 1/2 l borş, cîte

1 lingură de mărar, pătrunjel și leuștean toate tăiate mărunt, sare și piper pisat. Pentru dres: *2 ouă și 100 g smîntînă.*

Se curăță zarzavatul, se spală și se taie mărunt sau se dă prin răzătoare și se pune la fiert cu 2—3 l de apă. Între timp, se curăță spanacul, se spală în mai multe ape și se lasă să se scurgă. Ceapa se taie mărunt și se călește 5—6 min în ulei, apoi se adaugă spanacul scurs și tăiat potrivit, roșiile curățate de pieliță, sau suc de roșii, și se mai călesc împreună 5—6 min, după care se introduc în vasul cu zarzavat fiert. Se adaugă borș de tărîțe, după gust, și sare. Se lasă să mai dea într-un clocot, se ia vasul de pe foc și se mai curăță eventual de spuma care poate să apară. Se adaugă verdeață tocată mărunt și se drege cu ouă și smîntînă.

617. **Borș de ștevie sau de măcriș**

600 g ștevie sau măcriș (sau ambele), 60 g unt, 60 g orez, 2-3 ouă, 100 g smîntînă, verdeață, 1/2 l borș, sare, 100 g ceapă.

Se curăță ștevia de codițe, se spală bine, se opărește cu apă clocotită cu sare și imediat se scurge și se răcește cu apă rece (în acest fel se înlătură amăreala din ștevie). Între timp se taie ceapa mărunt și se pune la fiert cu 3 l de apă. Cînd este aproape fiartă, se adaugă orezul spălat și se fierbe 5 min, după care se adaugă ștevie opărită și tăiată mărunt, sare și borș după gust și se mai dă în cîteva clocote. Se ia vasul de pe foc, se lasă 10 min la o parte, după care se drege cu ouă și cu smîntînă. La servire se presară cu verdeață tăiată mărunt.

De reținut: În general, supele și borșurile se dreg cu gălbenușuri de ou, iar dacă vrem să folosim la dres ouă întregi atunci se procedează în felul următor: se pun ouăle într-un castron, se adaugă smîntînă sau iaurt, se bat bine cu telul și se subțiază treptat cu cîte puțin borș pînă se introduce cam jumătate din el, după care se toarnă totul în vasul cu borș care a fost luat de pe foc cu cel puțin 10 min înainte; altfel ouăle se taie și borșul iese brînzit, urît la vedere și neplăcut la gust.

618. **Borș de legume de iarnă**

Pentru 6 porții: *300 g cartofi, 60 g morcovi, 1-2 rădăcini de pătrunjel, 2 cepe sau 2 fire de praz, 1 țelină, 1/4 căpățînă de varză mică, 50 g bulion sau 1 pahar de suc de roșii, 50 ml ulei, 1/2 l borș de tărîțe, 2-3 linguri de verdețuri tăiate mărunt, sare, 100 g smîntînă.*

Se curăță zarzavatul, se spală și se taie mărunt sau se dă prin răzătoare. Ceapa se taie și mai mărunt și se pune la înăbușit într-un vas cu unt. După cîteva minute se adaugă zarzavatul și se înăbușă în continuare 10—20 min, după care se stinge cu 2—3 linguri de apă și se lasă să fiarbă. Se adaugă cartofii tăiați în cubulețe mici, sare și cînd sînt toate fierte, se adaugă bulion de roșii sau suc de roșii, apoi se acrește, după gust, cu borș de tărîțe care a fost în prealabil fiert separat și strecurat. Se mai dă borșul în 2—3 clocote, după care se ia vasul de pe foc, se curăță de spumă, apoi se adaugă verdeața și smîntîna.

619. **Borș de legume de vară**

Se pregătește la fel ca în rețeta precedentă, folosind aceleași componente și cantități. Vara și toamna se pot adăuga și alte legume ca: conopidă în loc de varză, dovlecei în loc de cartofi, roșii în loc de bulion de ro-

şii, ardei graşi, mazăre, fasole verde. Se mai poate acri cu zarzăre sau cu zeamă de roşii.

620. **Borş de cartofi**

Pentru 6 persoane: *600 g cartofi, 100 g ceapă, 100 g morcovi, 2-3 rădăcini de pătrunjel, 100 g unt sau ulei, 1/2 l borş de tărîţe, verdeaţă, sare, piper.*

Se curăţă morcovii, pătrunjelul şi ceapa, apoi se spală. Se taie ceapa mărunt şi se pune la înăbuşit într-un vas cu untul înfierbîntat pînă se înmoaie. Se adaugă morcovul şi pătrunjelul tăiate ca tăiţeii şi în continuare se mai înăbuşă totul 10 min, după care se stinge cu 2,500 l apă caldă. Apoi se adaugă cartofii tăiaţi în cuburi mici, sare, piper boabe şi se lasă să mai fiarbă pînă sînt gata cartofii. Se adaugă borşul fiert separat şi curăţat de spumă, se lasă să mai dea cîteva clocote, se potriveşte de sare şi se trage vasul de pe foc. Se serveşte presărat cu verdeaţă.

621. **Borş de cartofi cu ardei graşi şi cu roşii**

Se prepară la fel ca în reţeta anterioară, dar se mai adaugă cîţiva ardei graşi tăiaţi cît mai subţire şi cîteva roşii curăţate de pieliţă şi de seminţe şi tăiate în pătrăţele. Ardeii se pun în borş împreună cu cartofii, iar roşiile se pun la urmă, cînd cartofii sînt gata fierţi.

622. **Borş de praz**

1 kg praz, 300 g cartofi, 100 g unt sau ulei, 100 g ceapă, 100 g morcovi, 60 g ţelină, 1/2 l borş de tărîţe, 1 legătură de verdeaţă, sare.

Ceapa, ţelina şi morcovii se curăţă, se spală, se taie mărunt, se introduc într-un vas cu unt sau ulei înfierbîntat şi se călesc înăbuşit 10 min. Apoi se adaugă prazul curăţat, spălat şi tăiat în felii de 1 cm grosime şi se continuă înăbuşirea în vasul acoperit, 10—20 min, amestecîndu-se între timp, după care se adaugă cartofii, se stinge cu 2,500 l de apă clocotită şi se lasă să fiarbă pînă ce cartofii sînt gata. Se adaugă borşul şi sare după gust şi se mai lasă să dea în cîteva clocote, după care se ia vasul de pe foc şi se adaugă pătrunjel, eventual şi leuştean, tăiat mărunt.

623. **Borş de dovlecei**

Pentru 6 porţii: *800 g - 1 kg dovlecei tineri, 2 legături de pătrunjel, 2 legături de mărar, 60 g orez, 100 g ceapă sau cîteva fire de ceapă verde, 2-3 roşii, 2-3 ardei graşi, 2 gălbenuşuri, 100 g smîntînă, sare.*

Se curăţă dovleceii şi ceapa, se spală; ceapa se taie mărunt, iar dovleceii se taie în cubuleţe şi împreună cu ardeii tăiaţi se pun la fiert cu 2—2,5 l de apă. Se adaugă sare şi după ce legumele sînt aproape fierte se adaugă orezul, curăţat şi spălat, lăsîndu-se să mai fiarbă 10 min. Apoi se adaugă borşul fiert separat şi curăţat de spumă şi roşiile curăţate de pieliţe şi de seminţe, sau 30 g bulion, şi se mai dă încă într-un clocot. La sfîrşit se curăţă spuma, după care se adaugă verdeaţă şi se drege cu gălbenuşuri şi smîntînă.

624. **Borş de fasole verde cu smîntînă**

Se prepară la fel ca în reţeta anterioară, dar fără orez, iar în loc de dovlecei se foloseşte fasole verde.

625. **Borş de varză dulce cu smîntînă**

Se prepară la fel ca borşul de dovlecei (reţeta 623), dar în loc de dovlecei se foloseşte varză dulce.

626. **Borş de verdeţuri**

Acest borş se pregăteşte din mai multe verdeţuri: lobodă, salată verde, urzici, spanac, ştevie, ceapă verde, mărar, pătrunjel verde; din toate cîte puţin sau din ce se găseşte la îndemînă, în total 1 500 g. Se curăţă verdeţurile de codiţe, se spală bine în mai multe ape, se taie în fîşii şi se pun la fiert în 2 l de apă clocotită cu puţină sare. Se adaugă 50—60 g orez şi se fierbe 10—15 min, după care se adaugă borşul fiert separat şi curăţat de spumă şi se lasă să mai dea într-un clocot. Apoi se ia vasul de pe foc, se mai curăţă de spumă şi se potriveşte de sare şi de acru, după care se adaugă pătrunjel şi leuştean şi se drege cu gălbenuşuri şi cu smîntînă.

627. **Borş rece din cruditäţi**

600 g sfeclă roşie, 2-3 ouă, 200 g smîntînă, 200 g castraveţi proaspeţi, 1-2 linguri de oţet, 8-10 fire de ceapă verde, 2 legături ridichi de lună, 1 legătură mărar, sare, 1/2 l borş de tărîţe.

Se curăţă sfecla, se spală, se taie în felii şi se pune la fiert în 3 l de apă cu puţină sare şi cu 1 lingură de oţet. După ce a fiert, se strecoară zeama în care, după ce s-a răcit, se pun castraveţii curăţaţi de coajă şi tăiaţi în felii subţiri, ridichile tăiate la fel, ceapa verde şi mărarul verde tăiate mărunt şi ouăle fierte tăiate în sferturi. Se potriveşte de acru cu borşul de tărîţe (fiert separat, răcit şi strecurat) şi se adaugă sare. Se drege cu smîntînă şi se serveşte rece.

Se prepară de obicei primăvara, cînd legumele sînt fragede. Sfecla poate fi înlocuită cu frunze tinere de sfeclă sau de lobodă roşie. Frunzele se fierb în borş în care se adaugă puţin oţet, ca să nu se sfărîme şi să rămînă zeama roşie.

La acest borş este bine să se pună smîntînă de o zi sau două (mai acrişoară) şi este mai gustos dacă se acreşte cu borş de pîine (cvas, reţeta 664).

628. **Borş de tărîţe pentru acrit**

2 kg tărîţe, 1 kg mălai, 1/2 kg pîine neagră, 1 kg huşte (tărîţe care rămîn pe fundul borşului) sau 30 g drojdie, 1 crenguţă de vişin sau de mărar.

Se pun tărîţele şi mălaiul la înmuiat cu apă călduţă, într-o putină mică, într-un borcan mare de sticlă sau într-un vas de pămînt, şi se umple apoi vasul cam 3/4 cu apă fiartă. Se amestecă bine, se acoperă, se lasă 5—6 ore, după care se adaugă huştele sau maiaua. Maiaua se pregăteşte din timp din drojdie, făină şi puţină apă călduţă, toate amestecate şi lăsate la loc cald să dospească.

Maiaua se adaugă în vas cînd compoziţia este abia călduţă, să nu se opărească drojdia. Se amestecă totul şi se acoperă. Se adaugă pîinea neagră prăjită, crenguţa de vişin, eventual şi mărar uscat şi se păstrează la loc cald. După 24 de ore, cînd borşul s-a limpezit, se stoarce pîinea şi se scoate. Dacă borşul este destul de acru, se poate strecura în alt vas şi se păstrează la rece.

Din ceea ce a rămas de la strecurat, se pregătește alt rînd de borș, procedîndu-se la fel și punînd doar altă pîine. După ce s-a scos și al doilea rînd de borș, se reține 1—2 kg din depunerea de pe fund (huște), care se păstrează la rece, pînă la următoarea întrebuințare.

9.2.2. BORȘURI CU CARNE SAU DE OASE

Cea mai bună carne pentru borș este pieptul gras de vacă și osul cu măduvă. Se poate folosi și carnea de berbec, de porc, de pasăre și pește.

În cazul în care supa pentru borș este prea slabă, se călește zarzavatul în ulei sau în untură și se adaugă la borș. Pentru a obține borșul roșu, se ia o sfeclă, care se rade, se pune într-o strecurătoare și se stoarce zeama în borșul gata fiert.

Borșul se mai poate drege cu ou și smîntînă sau numi cu smîntînă servită la masă separat. Datorită cantității mari de legume și grăsimi, borșul, în afara gustului plăcut, are și o mare valoare nutritivă.

629. **Borș moldovenesc cu carne**

1 kg carne grasă cu os (de vacă sau orice fel de carne de la piept), 1 țelină, 1-2 cepe, 1 rădăcină de pătrunjel, 1 morcov, 2-3 roșii, 300 g castraveți murați, 1 lingură de bulion, 1/2 l borș, cîte o legătură de verdeață (mărar, pătrunjel și leuștean), sare.

Se pun la fiert carnea tăiată în prealabil și oasele. După ce au dat în primul clocot, se micșorează focul, se spumuiește, se șterge marginea oalei și se lasă să fiarbă încet, acoperit cu capacul puțin tras la o parte.

Între timp, se curăță zarzavatul, se spală și se dă pe răzătoarea mare, sau se taie în solzi și se pune în borș cînd carnea este pe jumătate fiartă. Se adaugă sare, castraveți murați curățați de coajă, tăiați în lung în patru și apoi subțire. Cînd borșul este gata se adaugă bulion și se acrește, după gust, cu borș de tărîțe sau cu zeamă de castraveți murați.

Se servește cu verdeață tocată mărunt (mărar, pătrunjel și leuștean), fără smîntînă.

630. **Borș țărănesc cu carne**

1 kg carne cu oase, 1 ceapă mare, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 păstîrnac, 1 țelină mică, 300 g cartofi, 1/4 de varză mică, 1 mînă de fasole verde, eventual și mazăre verde, 2-3 roșii, 2-3 ardei grași, 1 l borș, mărar, pătrunjel verde și leuștean.

Se prepară la fel ca în rețeta anterioară, cu deosebirea că în loc de castraveți murați se adugă alte legume și se acrește numai cu borș de tărîțe.

631. **Borș țărănesc de pasăre (găină)**

O pasăre nu prea tînără, 1 ceapă, 1-2 ardei grași, 1 rădăcină de pătrunjel, 1 morcov, 1 țelină, 1 mînă de fasole verde și mazăre boabe, 2-3 cartofi, 300 g roșii, 1 l borș, pătrunjel, mărar și leuștean verde, sare.

Pasărea, curățată și spălată, se taie în bucăți și se pune pe foc într-un vas cu 2 l de apă. Cînd este aproape să dea în fiert se curăța spuma, se adaugă 1 linguriță de sare și se mai adună spuma de cîte ori apare. Cînd nu mai apare spumă se adaugă zarzavatul curățat, spălat și

tăiat în prealabil, în ordinea de fierbere. După ce totul este bine fiert se adaugă roșiile curățate de pieliță și se presară cu verdeață (mărar, pătrunjel și leuștean) tăiată foarte mărunt. Se servește fără smîntînă.

632. **Borș moldovenesc de pasăre cu tăiței**

Pentru 6 porții: *6 bucăți carne de pasăre sau 1 găină, 300 g tăiței de casă, 1-2 cepe, 1/2 țelină, 1 rădăcină de pătrunjel, 1 ardei gras, cîteva boabe de piper, sare, verdeață (mărar, leuștean și pătrunjel) tăiată mărunt și 3/4 l borș.*

Găina curățată, spălată, se taie în bucăți sau se fierbe întreagă cu apă cît este nevoie. După ce a dat în fiert, se adună spuma, se adaugă puțină sare și dacă mai apare spumă se adună din nou, apoi se șterg marginile oalei și se lasă să fiarbă încet pe foc domol, acoperită cu capacul puțin tras la o parte. După ce pasărea a fiert 10—20 min, se adaugă legumele întregi crestate în patru la capete și se mai fierb împreună pînă carnea va fi gata. În acest interval se prepară tăițeii de casă, dintr-un ou și făină cît cuprinde (v. rețeta „Tăiței de casă"). După ce găina s-a fiert, se scoate împreună cu legumele pe un platou, iar în supa strecurată se pun la fiert tăițeii. Cînd tăițeii sînt fierți se potrivește supa la gust de sare și se acrește cu borșul fiert separat și curățat de spumă. La servire, bucățile de pasăre se pun într-un castron peste care se toarnă borșul cu tăițeii și se presară cu pătrunjel verde tăiat cît mai fin.

633. **Borș bulgăresc cu legume umplute**

Pentru 6 porții: *600 g carne macră, 2-3 bucăți de oase, 100 g orez, 6 ardei grași (mai mici), 6 jumătăți de dovlecei, cîteva roșii, 2-3 ouă, 2-3 cepe, 1 lingură de untură, 1 l borș, verdeață (mărar, leuștean și pătrunjel).*

Oasele sparte se pun la fiert ca pentru supă, iar carnea se dă de două ori prin mașina de tocat; prima dată se dă prin mașină numai carnea, iar a doua oară carnea împreună cu o parte din ceapa tăiată și călită puțin cu 1 lingură de grăsime; restul de ceapă și puțină sare se pun la fiert în vasul cu oase .

La carnea tocată se adaugă orezul opărit, o parte din verdeață tocată mărunt, sare, piper și albușurile de ouă. Se amestecă, iar cu compoziția (tocătura) obținută se umplu ardeii grași curățați și dovleceii la care li s-a scos miezul. Pentru aceasta dovleceii se rad la exterior, se taie în două și se scobesc de miez, apoi se taie puțin la capăt ca să stea în picioare — în formă de ceașcă. Legumele umplute cu tocătură se așază într-un vas larg peste care se toarnă supa (zeama de la oasele fierte) și se lasă să fiarbă încet 1 oră. Se adaugă apoi roșiile curățate de pieliță și semințe și tăiate mărunt, borșul fiert separat, sare, după gust, leușteanul tăiat mărunt și se mai lasă să dea într-un clocot.

În momentul servirii, borșul se drege cu gălbenușuri și se presară cu mărar și pătrunjel tăiate mărunt.

634. **Borș de perișoare**

Pentru 6 porții: *300 g carne macră de vacă, oase pentru zeamă, 2 cepe, 300 g zarzavat de supă, 2 ouă, 100 g smîntînă, 60 g orez, 1 l borș, cîteva roșii sau 1 lingură de bulion, verdeață, sare și piper, după gust.*

Se spală oasele, se taie în două și se pun la fiert cu puțină sare și apă. După ce au dat în fiert se micșorează focul, se curăță spuma, se

șterge marginea interioară a oalei și se lasă să fiarbă încet cu capacul puțin tras la o parte. După ce au fiert 1 oră, se adaugă zarzavatul tăiat în cuburi mici sau dat prin răzătoare, 1 ceapă tăiată mărunt și se lasă să mai fiarbă împreună 30—40 min. Apoi se scot oasele și se adaugă borșul fiert separat și strecurat sau zeamă de varză (mai întîi fiartă separat și spumuită). Între timp, se trece carnea de două ori prin mașina de tocat (a doua oară se trece împreună cu o ceapă tăiată felii și ușor călită în puțin ulei sau untură). În carnea tocată se adaugă, după gust, sare, piper, verdeață tăiată foarte mărunt, 1—2 albușuri de ouă, orezul ales, spălat și bine opărit (lăsat 2—3 min în apă clocotită și apoi scurs, din nou, clătit cu apă rece și iar bine scurs). Se amestecă bine, după care cu mîna înmuiată în apă rece sau în ulei se fac perișoare rotunde care atunci cînd sînt toate gata se introduc în borșul aflat în clocot și se lasă să fiarbă la foc domol pînă vor fi bine fierte. Se ia apoi oala de pe foc, se lasă 10—15 min, după care se adaugă leușteanul, mărarul și frunzele de pătrunjel tăiate mărunt. După gust, se poate drege borșul cu smîntînă și cu gălbenușurile rămase de la perișoare.

635. **Borș rusesc**

1-2 kg oase de porc afumate, 800 g piept de porc, 150 g crenvurști, 100 g smîntînă, 300 g zarzavat de supă, 1 ceapă, 50 g bulion de roșii, 30 ml oțet, 1 lingură de zahăr, 60 g untură, 1 foaie de dafin, 400 g varză acră, 1 legătură de pătrunjel verde, sare, 500 g sfeclă, 100 g costiță afumată.

Se pun la fiert pieptul de porc și oasele. După ce au dat în fiert se micșorează focul, se curăță spuma, se șterge de spumă marginea oalei și se lasă să fiarbă încet cu capacul puțin tras la o parte. Sfecla se taie subțire și se pune la călit cu puțină sare, untură, bulion, oțet, zahărul și 1 foaie de dafin. Varza se taie în bucăți mici și se înăbușă cu cîteva linguri din grăsimea strînsă de la fierberea oaselor. Cu aceeași grăsime se clătesc și legumele tăiate mărunt. Cînd carnea și oasele s-au fiert bine se scot, iar în zeamă se pun: legumele călite, varza, sfecla, costița tăiată în cubulețe mici și rumenită puțin, crenvurștii sau cîrnații afumați tăiați în rondele și se călesc împreună puțin, după care se adaugă la borș.

Borșul se potrivește de sare și de acru, cu borș de tărîțe sau cu oțet.

La servire se așază carnea tăiată în castron, se toarnă deasupra borșul și se presară cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

Smîntîna se servește separat sau se drege borșul din timp, după ce s-a luat de pe foc.

636. **Borș ucrainean**

Pentru 6 porții: *600 g carne piept de vacă, 1 os cu măduvă, 2 cepe, 300 g sfeclă roșie, 1 rădăcină de pătrunjel, 1/2 țelină, 1 morcov, 1-2 ardei grași, 300 g cartofi, 200-300 g varză dulce, 2-3 roșii, 1 legătură de pătrunjel verde, 30 g untură sau ulei, 1 foaie de dafin, 1 lingură bulion de roșii, 150 g smîntînă, 500-800 ml borș, oțet, sare.*

Se pun într-o oală oasele și carnea, de preferință piept gras, se umple oala cu apă și se pune la foc iute. Cînd este aproape să dea în fiert se ia oala de pe foc, se aruncă apa și se spală carnea, oasele și oala. Se pun din nou oasele și carnea la fiert cu apă potrivită. Se fierb la foc domol, se spumuiesc de cîte ori apare spuma, apoi se acoperă vasul cu un capac puțin tras la o parte. După ce carnea s-a fiert pe jumătate, se adaugă ceapa tăiată mărunt, cartofii tăiați în cuburi și varza în bucăți mai mari.

Sfecla, tăiată ca tăiţeii (julien), se pune într-o crăticioară, se freacă cu sare şi cu puţin oţet, se mai adaugă cîteva linguri de supă, 30 g untură sau ulei şi se pune pe foc mare, amestecîndu-se pînă se înmoaie bine, după care se răstoarnă în oală. Se adaugă roşiile curăţate de pieliţă şi tăiate în bucăţi, bulionul de roşii, se potriveşte de sare şi se acreşte, după gust, cu borşul fiert separat şi strecurat.

Borşul ucrainean se serveşte presărat cu pătrunjel şi mărar tăiate mărunt, şi cu smîntînă separat.

637. **Borş de miel**

1 kg carne de miel (de preferinţă de la piept), cîteva fire de ceapă verde, 2 cepe, 50 g orez, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1/2 ţelină, 2 ouă, 100 g smîntînă, leuştean, pătrunjel verde, 1 l borş, 50 g untură.

Se curăţă carnea de pieliţe şi se taie în bucăţi. Se pune o oală pe foc cu 2 1/2 l apă şi se adaugă legumele curăţate, spălate şi crestate în lung la capete. Se adaugă ceapa tăiată mărunt, puţină sare şi se fierbe o oră, după care se adaugă carnea de miel opărită, orezul şi se adună spuma care apare. După o jumătate de oră de fierbere se adaugă ceapa verde tăiată mărunt şi călită în untură şi se potriveşte de acreală cu borşul fiert separat şi strecurat de spumă. Se mai lasă să dea în 2—3 clocote, după care se trage pe marginea plitei. După dorinţă, se drege borşul cu gălbenuşuri şi cu smîntînă sau se serveşte numai presărat cu leuştean şi cu pătrunjel verde tăiate mărunt.

(Legumele se pun în borşul de miel numai pentru a da gust; după fierbere ele se scot din borş).

638. **Borş din cap de miel**

Se prepară la fel ca borşul de miel, cu deosebirea că în loc de carne de miel se pune cap de miel care, înainte de a fi pregătit, se curăţă, se spală bine şi se ţine cîteva ore în apă rece, după care se despică de crud în două.

639. **Borş de peşte**

1 kg peşte, 2 cepe, 1 ţelină, 1 rădăcină de pătrunjel, 1 morcov, 2 ardei graşi, 50 ml ulei, 1 lingură bulion de roşii, 200 g roşii, 1/2 l borş, 1 legătură de leuştean, 1 legătură de pătrunjel verde, sare.

Se taie legumele foarte subţire (julien) şi se înăbuşă în ulei. Cînd s-au înmuiat, se adaugă bulionul de roşii, 2 1/2 l apă, sare şi se lasă să fiarbă 15—20 min. Cînd legumele au fiert, se adaugă borşul (fiert şi spumuit), peştele tăiat în bucăţi, roşiile curăţate de pieliţă şi tăiate în cubuleţe, lăsîndu-se să fiarbă 15—20 min pe foc domol. Altfel, dacă peştele fierbe prea mult sau în clocote, borşul devine tulbure, iar carnea se desprinde de pe oase şi se sfărîmă. Dacă borşul nu este destul de gras, se adaugă 1—2 linguri de ulei.

Se serveşte presărat cu pătrunjel şi leuştean verde tăiate mărunt şi cu ardei iuţi alături. Se poate servi cu pîine sau cu mămăliguţă.

640. **Borş din cap şi coadă de peşte**

Se prepară la fel ca borşul de la reţeta anterioară. Borşul preparat din cap de peşte este mai gustos decît cel preparat numai din bucăţi de peşte cărnoase.

La capul de crap se scot urechile (branhiile) și osul amar, împreună cu toate cheagurile de sînge, după care se ține 20—30 min în apă rece, ca să iasă sîngele. Borșul de pește poate fi acrit și cu zeamă de varză murată, fiartă separat și strecurată prin tifon pus în dublu, sau cu zeamă de corcoduşe fierte.

641. **Borş de peşte ţărănesc, din peşte mărunt**

Se prepară la fel ca borșul de pește (v. rețeta 639), adăugîndu-se la fiert, în borș, și 50—60 g orez (cantitate pentru 6 porții de borș). Se servește cu ardei iuți și cu mămăliguță.

642. **Borş de iepure**

Carne de iepure (picioarele din față, capul, gîtul și oasele de la șira spinării), 200 g ceapă, 1 morcov, 1 țelină, 1/4 l vin negru sau roșu, 1 fir de cimbru, 1 foaie de dafin, 2-3 linguri de ulei, cîteva boabe de piper, sare.

Carnea se curăță de pieliță, se taie în bucăți, se spală și se pune la opărit în apă clocotită cu puțină sare și oțet, apoi se spală din nou și se pune la fiert în apă cu sare. După ce a dat în fiert se spumuiește și se adaugă ceapă, morcovii și țelina tăiate mărunt, boabele de piper, cimbrul, foaia de dafin și uleiul.

Cînd carnea este bine fiartă, se adaugă vinul, se potrivește de sare și cine dorește borșul mai acru adaugă borș de tărîțe fiert separat și strecurat sau zeamă de lămîie, după gust.

Se servește fierbinte, cu pătrunjel tăiat mărunt presărat deasupra.

9.3. CIORBE

Spre deosebire de borșuri, ciorbele se acresc cu oțet, cu zeamă sau sare de lămîie, suc de roșii, bulion de roșii, zeamă de fructe acre sau cu zeamă de varză murată.

643. **Ciorbă de burtă**

Pentru 6—8 porții: *2 kg burtă de vită, 2-3 oase sau 1 picior de vită, 1 rădăcină de pătrunjel, 2 morcovi, 1 țelină, 2 cepe, piper boabe, 1 foaie de dafin, 1 lingură de untură, 2 gălbenușuri, 100 g smîntînă, sare și oțet, după gust.*

Burta se freacă cu sare sau mălai pînă rămîne albă, curățindu-se și de pielița interioară. Dacă sînt la îndemînă oase de vacă, se taie sau se sparg cu un satîr și se pun pe fundul oalei. După aceea, burta curățată și bine spălată în cîteva ape se rulează și se așază deasupra oaselor, se toarnă apă și se pune pe foc puternic ca să dea într-un clocot, după care se scurge apa. Se spală din nou bine burta și oasele, după care se așază din nou în oală, la fel ca prima dată și se lasă să fiarbă în apă cu puțină sare, timp de 8—10 ore, sau pînă se înmoaie bine burta. Cînd burta este mai bine de jumătate fiartă, se adaugă zarzavatul, piperul și foaia de dafin.

După ce burta este bine fiartă, se taie în fîșii foarte subțiri (ca tăițeii de casă), se așază într-o oală peste care se toarnă zeama strecurată și se pune pe foc ca să dea într-un clocot, apoi se ia vasul de pe foc și, după 10—20 min, se drege ciorba în felul următor: într-un castron se amestecă

gălbenușurile cu smîntînă sau iaurt și 1/2 lingură de făină, subțiindu-se cu zeama din vasul cu burta, fiartă, apoi se toarnă în ciorbă, după care se potrivește de sare și se acrește cu oțet după gust.

Notă. Întrucît burta fierbe greu și are nevoie de circa 8—10 ore pentru a se muia bine, se recomandă să se fiarbă din ajun.

Ca să nu se prindă burta de fundul oalei, se pun oase sau un picior de vacă. În lipsă, pe fundul oalei se pun bețișoare făcute dintr-o scîndurică sau o șipcă tăiată în bucăți. În timpul fierberii, burta se acoperă cu o farfurie deasupra căreia se pune o greutate, farfuria trebuind să fie 3—5 cm sub apă. Între timp se spumuiește și se controlează să aibă apă suficientă.

Pentru aspectul ciorbei se rad morcovii cruzi prin răzătoarea deasă, se înăbușă în untură, se sting cu zeama de burtă și se strecoară prin sită sau tifon în ciorbă.

Pentru gust mai picant se pot adăuga în ciorbă cîțiva gogoșari din oțet, tăiați subțire.

644. **Ciorbă țărănească cu carne de vacă**

Pentru 6 porții: *1 kg piept de vacă sau 600 g carne macră, 1 bucată de os cu sită sau cu măduvă, 500 g zarzavat de supă, 300 g cartofi, 200 g roșii, 30 g bulion sau zeamă de roșii, 100 g mazăre, 100 g fasole verde, leuștean, pătrunjel verde și mărar, sare, oțet.*

Carnea și oasele se spală, se pun la fiert, se spumuiesc de cîte ori apare spuma, se adaugă sare și se lasă să fiarbă la foc mic și neîntrerupt.

Cînd carnea a fiert pe jumătate, se adaugă ceapa și zarzavatul tăiate mărunt și călite în grăsimea care se strînge de la fiertul oaselor. Se mai adaugă în ciorbă cartofii și varza tăiate în pătrățele. Cînd s-au fiert cartofii, se adaugă roșii curățate de pieliță și tăiate în bucăți.

Mazărea și fasolea verde se fierb separat sau se iau din conserve și se adaugă în ciorbă, apoi se adaugă leușteanul tăiat, bulion sau zeamă de roșii (suc) și sare după gust, lăsîndu-se să mai dea într-un clocot. Ciorba se potrivește de acru cu zeamă de corcodușe, suc de roșii sau cu oțet. Se servește presărată cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

645. **Ciorbă ardelenească din piept de porc**

800 g — 1 kg piept de porc cu coaste, 60 g orez, 50 g zarzavat de supă, 2 cepe, 2 ouă, 100 g smîntînă, oțet, tarhon și sare, după gust.

Pieptul de porc se pune la fiert cu apă și sare, se spumuiește, se adaugă ceapa tăiată mărunt și zarzavatul întreg, crestat la capete. Zarzavatul se pune să fiarbă împreună cu carnea numai pentru a-i da gust. Cînd totul s-a fiert, se adaugă orezul fiert separat, tarhonul ales de pe cotoare, opărit și tăiat, potrivindu-se de sare și oțet. Apoi se ia vasul de pe foc și după 10—15 min se drege cu gălbenuș și cu smîntînă.

646. **Ciorbă țărănească de pui**

Se prepară la fel ca ciorba țărănească cu carne de vacă (v. rețeta 644), înlocuindu-se carnea de vacă cu cea de pui.

Se taie puiul în bucăți, se pune la fiert, după primul clocot se spumuiește și se adaugă ceapa tăiată mărunt, zarzavatul tăiat de asemenea mărunt și călit puțin, iar cartofii și varza tăiate în cubulețe mici, fierbîndu-se pînă sînt gata. La urmă se adaugă restul de legume: mazărea verde

și fasolea verde fierte separat sau din conserve, bulionul prăjit puțin cu o lingură de ulei sau untură, leușteanul tăiat mărunt. Se potrivește de sare și de acru și se mai lasă la fiert 2—3 min.

Se servește presărată cu verdeață.

Notă: Toate ciorbele țărănești se pot prepara cu orice fel de carne: porc, vițel, berbec, păstrîndu-se același mod de preparare.

647. **Ciorbă de perișoare à la grec**

500 g carne de vacă, 300 g ceapă, 1 țelină, 100 g morcovi, 60 g orez, 3-4 roșii, 1 lingură bulion de roșii, 1 ou, 1 kg oase, 1/2 pahar de smîntînă, 2 gălbenușuri, verdeață (cîte 1 legătură de mărar și pătrunjel), piper, sare și zeamă sau sare de lămîie, după gust.

Ciorba de perișoare à la grec se prepară la fel ca și borșul de perișoare (v. rețeta 634), cu deosebirea că se acrește cu zeamă sau sare de lămîie, se drege cu gălbenușuri de ou și cu smîntînă și nu se pune leuștean.

Perișoarele se pot face și din carne de vițel sau de porc foarte slabă, sau amestecate în cantități egale. La perișoare, în loc de ouă se pot folosi numai albușurile de la ouăle destinate pentru dresul ciorbei. Cînd se drege ciorba, întîi se bat gălbenușurile cu smîntîna, apoi se subțiază cu ciorbă fierbinte, pînă ce se atinge aproximativ temperatura ei, după care se toarnă în ciorbă. Dacă nu se respectă aceste indicații, se taie oul în ciorbă.

648. **Ciorbă de potroace**

800 g măruntaie de pasăre, 1 țelină, 100 g morcovi, 1-2 rădăcini de pătrunjel, 2-3 cepe, 60 g orez, cîteva roșii, 1-2 linguri bulion de roșii, 1 legătură de leuștean, 1 legătură de pătrunjel verde, zeamă de varză, sare, 1 lingură untură.

Măruntaiele de pasăre se curăță, se opăresc și se pun la fiert cu apă și cu puțină sare. După ce au fiert pe jumătate, se adaugă zarzavatul tăiat cubulețe, se mai fierb împreună 1/2 oră și se adaugă orezul opărit. Apoi, după ce totul a fiert, se pun roșiile curățate de pieliță și tăiate în bucățele, bulionul prăjit puțin în untură și zeama de varză fiartă în prealabil separat. Se mai lasă să dea într-un clocot, se încearcă de acru, după care se servește presărată cu pătrunjel verde. Leușteanul se adaugă o dată cu bulionul.

649. **Ciorbă de potroace á la grec**

Se prepară la fel ca în rețeta anterioară, dar nu se acrește cu zeamă de varză, ci cu zeamă sau cu sare de lămîie. Se drege cu gălbenușuri și cu smîntînă și se servește presărată cu pătrunjel și mărar tăiate mărunt (fără leuștean).

650. **Ciorbă pescărească, ca în Delta Dunării**

1-1,5 kg pește mărunt (obleți sau ghiborți), 1-1,5 kg pește mare (crap, somn sau morun), 100 g ceapă, cîțiva ardei grași, 1 țelină, 1 morcov, 1 lingură de bulion de roșii sau cîteva roșii curățate de pieliță, rădăcini de pătrunjel, 1 legătură de leuștean și 1 legătură de pătrunjel, sare și oțet sau zeamă de lămîie sau de corcodușe, după gust.

Adevărata ciorbă pescărească, ca în Delta Dunării, se pregătește într-o zeamă în care au fiert în prealabil mai mulți pești mici (obleți). După fierbere, aceasta se strecoară, iar în zeama obținută se adaugă zarzavatul tăiat mărunt. După ce zarzavatul este bine fiert, se introduce în oală peștele mare tăiat felii potrivite și se fierb împreună 20—30 min. Se potrivește de sare, se adaugă bulion de roșii sau roșii curățate de pieliță și tăiate în bucăți. Se acrește ciorba, după gust, cu zeamă de lămîie, zeamă de corcodușe fierte sau cu aguridă (struguri acri, necopți) și se presară cu leuștean și cu pătrunjel verde tăiate mărunt.

Se servește caldă sau rece, după gust, cu mămăliguță caldă și cu ardei iute.

651. **Ciorbă țărănească de legume**

100 g morcovi, 100 g (1-2) rădăcini de pătrunjel, 1 țelină, 2-3 cepe, 2-3 ardei grași, 100 g mazăre, 100 g fasole verde, 200 g varză, 200 g cartofi, 2-3 roșii sau 1 lingură de bulion, verdeață, 50 g unt, 50 ml ulei, sare și oțet sau sare de lămîie pentru acrit, după gust.

Se pun la fiert 3 l de apă cu puțină sare și se adaugă legumele tăiate mărunt. Cînd acestea s-au fiert, se adaugă roșiile curățate de pieliță și de semințe, tăiate mărunt, sau bulionul puțin prăjit în ulei, verdeața tăiată mărunt și se potrivește de sare și de acru, după gust. Eventual, după dorință, se adaugă la ciorbă, în momentul servirii, puțin unt proaspăt.

652. **Ciorbă de legume moldovenească**

Se prepară la fel ca ciorba de legume țărănească, însă în loc să se acrească cu zeamă de lămîie sau oțet, se acrește cu zeamă de castraveți murați (în prealabil fiartă separat). În Moldova, după ce a fiert zarzavatul, se adaugă la ciorbă și castraveți murați, curățați de coajă și de semințe, tăiați subțire și apoi fierți separat.

653. **Ciorbă de legume à la grec**

80 g orez, 50 g morcovi, 50 g țelină, 2-3 rădăcini de pătrunjel, 50 g unt, 2 gălbenușuri, 100 g smîntînă, 1 lămîie sau sare de lămîie, mărar și pătrunjel verde, sare.

Toate legumele se curăță și se taie (ceapa se taie mărunt, iar legumele se taie în cuburi mici), se pun într-un vas și se brezează puțin în unt. Apoi se sting cu 2 1/2 l de apă fierbinte cu puțină sare și se fierb 30 min, după care se adaugă orezul opărit și se mai fierb împreuă 10 min. Se acrește ciorba cu zeamă sau cu sare de lămîie, se potrivește de sare și se ia vasul de pe foc. Se lasă să stea 5—10 min și se drege cu gălbenușurile bătute cu smîntînă și subțiate cu ciorbă.

Se servește presărată cu verdeață (mărar și pătrunjel verde) tăiată mărunt. (Pentru obținerea unui gust mai plăcut, în timpul fiertului se pune la ciorbă coajă de lămîie întreagă).

654. **Ciorbă de dovlecei**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, însă se mai adaugă 600 g — 1 kg dovlecei tineri, curățați de coajă și tăiați în cubulețe mici. Mai departe se procedează ca în rețeta amintită.

655. **Ciorbă de sfeclă**

Pentru 6 porţii: *600 g sfeclă, 1 ceapă mare, 2-3 rădăcini de pătrunjel, 1/2 ţelină, 50 ml ulei, 300 g cartofi, 100 g smîntînă, 1/2 l borş, sare şi 1 lingură de verdeaţă tăiată mărunt.*

Se curăţă sfecla, se spală, se taie subţire, se freacă cu sare şi se adaugă 1 lingură de oţet (care ajută să se menţină culoarea roşie a sfeclei), apoi se pune la înăbuşit 10—20 min, la foc viu, după care se stinge cu 1 l apă fierbinte şi se fierbe. În alt vas, cu ulei, se înăbuşă zarzavatul şi ceapa tăiate mărunt, timp de 10—20 min, după care se adaugă cartofii tăiaţi mărunt şi apă cît trebuie. La urmă, cînd totul este fiert, se adaugă zeama de la sfeclă şi o parte din sfeclă, sare şi se acreşte după gust. La servire se presară cu verdeaţă tăiată mărunt. Se serveşte cu smîntînă la masă.

Ciorba de sfeclă este mai gustoasă, dacă se adaugă în timpul fiertului 20—30 g ciuperci uscate sau 200—300 g ciuperci proaspete.

656. **Ciorbă desalată verde vegetariană**

Se prepară la fel ca borşul cu salată verde (v. reţeta 614), diferă numai acrirea.

657. **Ciorbă de varză acră**

Pentru 6 porţii: *1,5 kg varză acră, 150 g ceapă, 50 g bulion, 50 ml ulei, 50 g făină, 100 g smîntînă, 50 g unt.*

Varza murată (căpăţîna) se spală şi se taie subţire. Între timp, se curăţă ceapa, se spală, se taie mărunt şi se pune la călit într-un vas cu ulei. După ce s-a înmuiat se adaugă bulionul, varza tăiată şi bine scursă de zeamă şi se călesc împreună, adăugîndu-se cîte puţină apă caldă. Cînd varza s-a înmuiat, se stinge cu $2^1/2$ l apă clocotită şi se mai fierbe 20—30 min, după care se adaugă sos de făină puţin prăjită cu unt, se potriveşte de sare şi se mai dă o dată în fiert. Ciorba, dacă nu este suficient de acră, se poate acri cu zeamă de varză, care a fost fiartă separat.

În ciorbă se mai pot adăuga: cartofi, orez, arpacaş sau paste făinoase, după plac.

658. **Ciorbă de varză dulce**

1,5 kg varză dulce, 150 g smîntînă, 50 g orez, 50 ml ulei, 30 g făină, 100 g ceapă, 1 lămîie, sare.

Se opăreşte varza dulce în apă cu sare, ca să se înlăture gustul amărui, apoi se taie subţire şi se pune la fiert cu supă de legume sau cu apa cu sare. Se prepară un sos din ulei, ceapă şi făină, care se adaugă la varză împreună cu orezul opărit. Se fierb împreună 30—40 min, după care ciorba se potriveşte de sare şi se acreşte cu suc de lămîie sau cu smîntînă acrişoară.

659. **Ciorbă de fasole uscată**

300 g fasole uscată, 1 ceapă, 1 morcov, 1 rădăcină de pătrunjel, 1 fir de cimbru, 1 foaie de dafin, 1 lingură de oţet, sare, verdeaţă.

După ce se înmoaie fasolea 2—3 ore, se pune la fiert, se schimba prima apă cu altă apă fierbinte şi se fierbe în continuare cu zarzavaturile.

Cînd fasolea este fiartă, se adaugă verdeaţa tăiată mărunt, oţetul şi sarea după gust. Se serveşte fără zarzavat, care a fost pus numai pentru a da gust.

660. **Ciorbă de fasole verde**

800 g fasole verde sau păstăi tinere de fasole grasă, 200 g ceapă, 100 ml ulei, 200 g roşii, 30 g bulion, 30 g făină, mărar şi pătrunjel verde, oţet, sare.

Ceapa curăţată, spălată şi tăiată mărunt se pune la fiert cu 3 l de apă. După ce a fiert 30 min, se adaugă fasolea curăţată de aţe, spălată şi tăiată în bucăţele. Se continuă fierberea pînă ce fasolea este gata, se adaugă roşiile curăţate de pieliţă şi tăiate în bucăţi, făina călită în ulei, stinsă cu bulion de roşii şi subţiată cu zeama de la ciorbă, lăsîndu-se să mai fiarbă 5—6 min. Se potriveşte apoi de sare şi se acreşte cu oţet, după gust. La servire se adaugă mărar şi pătrunjel verde tăiat mărunt.

661. **Ciorbă ţărănească de cartofi**

600 g cartofi, 1 morcov, 1 ceapă, 2-3 rădăcini de pătrunjel, 100 g smîntînă, 1 l zer, 1 foaie de dafin, cîteva boabe de piper, verdeaţă, sare.

Se crestează zarzavatul şi se pune la fiert cu 2 l de apă şi cu puţină sare. Între timp, se adaugă ceapa tăiată mărunt şi se continuă fierberea 20—30 min, după care se adaugă cartofii tăiaţi în cuburi, foaie de dafin şi boabe de piper.

Cînd totul este fiert, se acreşte după gust cu zerul acrişor (fiert separat) şi se potriveşte de sare. Ciorba se serveşte dreasă cu smîntînă acrişoară şi presărată cu verdeaţă tăiată foarte mărunt.

662. **Ciorbă de cartofi cu iaurt şi gălbenuşuri**

600 g cartofi, 300 g iaurt, 60 g unt sau ulei, 2-3 ouă, 1 ceapă, 1-2 linguri de verdeaţă (mărar şi pătrunjel verde) tăiată mărunt, sare.

Se taie ceapa mărunt şi se pune la fiert cu 2,5 l de apă sau supă de oase. Între timp, se curăţă cartofii, se spală, se taie în pătrăţele mici şi se pun la fiert în vasul cu ceapă. Se adaugă ulei, boabe de piper şi se fierbe pînă ce cartofii sînt gata, apoi se ia vasul de pe foc, se adaugă verdeaţă tăiată mărunt, se potriveşte de sare şi se drege cu gălbenuşurile bătute cu iaurt.

663. **Ciorbă de cartofi cu legume**

300 g cartofi, 100 g morcovi, 100 g ceapă, 1 rădăcină de pătrunjel, 1 ţelină, 2-3 ardei graşi, 1 fir de praz, 1/2 conopidă, 2-3 ardei sau 1 lingură de bulion, 100 ml ulei.

Se curăţă zarzavatul, se spală şi se taie ca pentru ciorbă. Jumătate din ceapă şi zarzavat (fără cartofi) se pune într-un vas cu ulei înfierbîntat şi se înăbuşă pînă se înmoaie, după care se stinge cu 2—3 l de apă fierbinte, se adaugă restul de zarzavat şi se fierb împreună 30—40 min. Se adaugă cartofii curăţaţi, spălaţi şi tăiaţi în cubuleţe, iar după ce cartofii şi legumele au fiert se adaugă şi roşiile curăţate de pieliţă şi de seminţe sau bulion, se mai lasă să dea în 2—3 clocote, după care se ia vasul de pe foc. După gust, se poate drege ciorba cu ou şi cu smîntînă. La servire se presară cu verdeaţă tăiată mărunt.

9.4. DIFERITE PREPARATE PENTRU SUPE, BORŞURI ŞI CIORBE

664. Cvas de pîine

1 kg pîine neagră (de preferinţă de secară), 25 g drojdie de bere, 200 g zahăr, 50 g stafide.

Pîinea neagră tăiată în felii se usucă în cuptor fără a se arde. Pesmeţii obţinuţi se pun într-o oală, se toarnă deasupra 10—12 l apă clocotită şi se lasă să stea acoperit 3—4 ore. Se strecoară, iar în lichidul obţinut se adaugă drojdie de bere, zahăr, se acoperă cu un şervet şi se lasă într-un loc călduţ să fermenteze 6—7 ore. Cînd începe să facă spumă, se strecoară din nou, spoi se toarnă în sticle în care s-au pus cîteva stafide. Se astupă sticlele cu dopuri fierte în apă clocotită şi se leagă la gît cu sfoară, apoi se pun la rece aşezate culcat. După 2—3 zile cvasul este bun de băut, la fel ca şi berea, sau se foloseşte pentru acrit borşuri şi ciorbe. (Se poate prepara şi fără stafide).

665. Suc de roşii rapid, pentru acrit ciorbele

Roşiile coapte, proaspete, se spală, se taie în bucăţi şi se pun la fiert pe foc tare. După cîteva clocote se strecoară şi sucul obţinut se foloseşte pentru acrit borşuri şi ciorbe. De asemenea, se poate folosi pentru diferite preparate din legume sau la mîncăruri.

666. Borş (esenţă) din sfeclă murată

Se curăţă 5—6 kg sfeclă roşie, se taie în sferturi şi se aşază într-un borcan care se umple cu apă călduţă fiartă în prealabil. Se adaugă cîteva felii de pîine neagră, se acoperă cu un tifon şi se ţine la cald pînă ce lichidul se acreşte şi capătă o culoare roşie.

Se scoate borşul din vasul în care s-a murat sfelca, se strecoară în sticle şi se ţine la rece.

Se foloseşte la acrit borşuri şi ciorbe. Se pune în ciorbă numai după ce aceasta este complet fiartă. Borşul de sfeclă murată nu se fierbe înainte de a fi pus în ciorbe, ci numai se încălzeşte, ca să-şi păstreze vitaminele şi să nu se decoloreze.

667. Zeamă de varză murată

Cu zeama de varză se pot acri atît borşuri cît şi ciorbe. Trebuie avut însă în vedere să nu se pună la început toată cantitatea de sare în ciorbe, căci zeama de varză este sărată. Zeama de varză se pune la fiert separat, se spumuieşte, apoi se strecoară şi se toarnă în ciorbă (numai după ce legumele sînt complet fierte), potrivindu-se de acru după gust.

668. Crutoane de pîine albă sau de franzelă

200—300 g pîine albă se taie în cuburi mici (cubuleţe), care se pun într-o tavă, se stropesc cu unt topit şi se introduc la cuptorul nu prea încins. Din cînd în cînd se amestecă pînă se rumenesc puţin, fără să se ardă. Se servesc ca garnitură, în special la supe-creme. (Crutoanele de pîine se mai numesc şi *cubuleţe de franzelă).*

669. **Cubuleţe de griş pentru supă**

200 g griş, 50 g unt, 400 g apă, sare.

În apa clocotită cu sare şi unt, se toarnă grişul în formă de ploaie, amestecînd repede pînă se îngroaşă, după care se răstoarnă, pe o planşetă sau pe un platou, un strat de circa 1 1/2 cm grosime şi se lasă să se răcească. Se taie apoi cubuleţe şi se servesc la supă în loc de găluşte.

670. **Sufleu de griş pentru supă**

200 g griş, 4 ouă, 500 ml supă de legume.

Se bat spumă albuşurile de la cele 4 ouă, se adaugă gălbenuşurile, unu cîte unu şi cîte puţin din griş, amestecîndu-se cu atenţie de jos în sus, să nu se lase albuşul. Se pune compoziţia într-o tavă unsă cu unt şi se introduce la cuptor. Cînd s-a rumenit se scoate din cuptor, se taie în pătrăţele şi peste ele se toarnă imediat supa clocotită puţin cîte puţin, cît primeşte grişul ca să devină pufos (puţin umflat).

671. **Găluşte de griş fără grăsime**

1-2 ouă, 2-4 linguri pline de griş, sare.

Se sparg ouăle într-un castronaş şi se bat bine cîteva minute, cu două furculiţe sau cu un tel. Se adaugă grişul puţin cîte puţin, amestecîndu-se pînă se termină şi se obţine o compoziţie potrivit de groasă. Între timp, se pune apă (3—4 l) într-o cratiţă cît mai largă, se adaugă sare, se acoperă cu capac şi se pune pe foc viu. Cînd apa a dat în clocot se ia cu o linguriţă (care mai întîi se trece prin apa clocotită) din compoziţia preparată mai înainte şi se dă drumul în apa clocotită cu sare. Dacă prima găluşcă nu se desface, se continuă formarea găluştelor, cu ajutorul linguriţei trecută de fiecare dată în prealabil prin apa aflată în clocot. Apoi se mişcă cratiţa sau cu o lingură de lemn (cu coada ei) se amestecă uşor printre găluşte, ca să nu rămînă lipite la fund. După ce a dat în clocot, imediat se micşorează focul, se toarnă peste găluşte o cană de apă rece şi se acoperă vasul cu un capac; în felul acesta găluştele nu vor rămîne tari la mijloc. Se continuă apoi fierberea lentă, 20—30 min, cu vasul acoperit.

Încercarea găluştelor. Dacă prima găluşcă este prea tare, se adaugă încă un ou sau o lingură de supă, iar dacă se împrăştie în apă, atunci se mai adaugă griş.

672. **Găluşte de griş**

1 ou, 1 linguriţă de unt moale, 50 g griş, sare.

Înainte de a prepara compoziţia de găluşte, se pune la foc o cratiţă mai mare cu apă multă şi cu sare, să fiarbă. Între timp, se freacă untul spumă, se adaugă gălbenuşul, puţină sare, 1 linguriţă de pătrunjel tăiat mărunt şi grişul, amestecînd bine. Apoi se bate albuşul spumă şi se introduce în compoziţie, amestecînd uşor, după care cu o linguriţă, de fiecare dată înmuiată în apa clocotită, se ia din compoziţia preparată şi se formează găluştele, care se pun în apă clocotită cu sare. Dacă găluşca creşte şi nu se împrăştie în apă, se continuă formarea pînă ce se termină compoziţia. Se acoperă vasul cu un capac şi după ce a dat în fiert se micşorează focul, se toarnă peste găluşte un pahar de apă rece şi se lasă la foc domol

să fiarbă lent 20—30 min. (Dacă la probă găluștele sînt prea tari, se subțiază cu 1—2 linguri de lapte sau supă, iar dacă compoziția este prea moale se mai adaugă puțin griș).

673. **Găluște din făină și unt**

30 g unt, 2 ouă, 50 g făină, sare.

Se freacă untul, se adaugă gălbenușurile cîte unul și albușurile bătute spumă și atîta făină cît să dea consistență găluștelor. Înainte de a pregăti compoziția de găluște, se pune apa sau supa la fiert într-o cratiță, de preferință mai largă. Cînd apa cu sare sau supa a dat în fiert, se pun cu o linguriță găluște din coca preparată, una cîte una, înmuind de fiecare dată lingurița în supă. Aceste găluște se folosesc atît ca garnitură la supe cît și ca un fel de mîncare, sau la papricaș.

674. **Orez pentru supă**

100-120 g orez, 30 g unt, sare.

Orezul spălat se pune la fiert cu o cantitate dublă de supă și se lasă să dea o dată în fiert. Se adaugă unt, se acoperă și se lasă în cuptor cu ușa deschisă sau se ține la marginea plitei, să se înăbușe 20—25 min.

675. **Tăiței de casă**

2 ouă, 300 g făină și apă călduță cît cuprinde.

Se frămîntă o cocă tare, din făină, ouă și apă călduță cît cuprinde. Pe o planșetă se presară făină, se întinde o foaie sau două de cocă, cît mai subțire, și se lasă să se usuce puțin (dacă se lasă prea mult se sfărîmă). Se rulează apoi sul și se taie foarte subțire, după care se resfiră pe un șervet sau pe o planșetă să se usuce. Se pot fierbe direct în supă sau în apă cu puțină sare. Cînd se pun la fiert se scutură bine de făină, se pun în apă clocotită, se amestecă și după ce s-au ridicat pe deasupra se mai lasă să fiarbă 5—6 min, apoi se pun într-o strecurătoare, se trec prin apă rece și se lasă în strecurătoare să se scurgă bine de apă. Tăițeii pot fi pregătiți din timp și, după ce s-au uscat, se păstrează mai multă vreme.

676. **Turnăței**

1-2 ouă, 60-100 g făină, sare, apă.

Se amestecă făina și ouăle cu puțină apă sau smîntînă. Compoziția trebuie să aibă consistența unui aluat moale (ca o smîntînă groasă). Se confecționează un cornet de hîrtie, se umple cu compoziția obținută și se strînge cu mîna, apăsîndu-se de sus în jos, deasupra vasului cu supă, care fierbe în clocot. Orificiul cornetului trebuie să fie cam de mărimea unui bob de piper. Se plimbă cornetul roată deasupra supei, pînă se toarnă toată compoziția, fierbîndu-se încă 6—10 min.

677. **Frecăței**

Se prepară o cocă mai tare decît la tăiței, din 2 ouă și făină cît cuprinde. Coca obținută se rade prin răzătoarea mare deasupra unei planșete și se lasă să se zvînte frecățeii acoperiți cu un șervet. Se fierb în supă strecurată sau în orice altă supă.

678. **Frecăţei cu lapte**

Frecăţeii se fierb în lapte clocotit, servindu-se fie sărați — în loc de supă, fie cu zahăr — în loc de desert.

679. **Pateuri pentru supe-creme şi borşuri**

Pentru cocă: *100 g unt sau margarină, 100 g brînză de vaci bine scursă, 100 g făină.*

Pentru umplutură: *200 g ciuperci proaspete sau conservate, 100 g ceapă, 50 g unt sau ulei, piper, sare.*

Coca de pateuri poate fi preparată din timp (de seara). Brînza de vaci se trece prin sită sau se frămîntă direct la un loc cu untul moale, făina şi puţină sare, pînă ce devine omogenă, după care se lasă la rece pînă la întrebuinţare.

Între timp, se prepară umplutura de ciuperci sau de brînză. Ciupercile curăţate şi spălate se taie cît mai mărunt, la fel şi ceapa, care se pune la călit cu unt sau ulei şi cînd s-a călit puţin se adaugă ciupercile şi împreună se mai călesc 10 min, după care se potriveşte de sare şi de piper. Se mai pot adăuga o lingură de pesmet şi una de pătrunjel verde tăiat mărunt, lăsîndu-se la rece pînă la întrebuinţare.

Cu o oră înainte de masă, se presară cu făină o planşetă pe care se întinde coca într-o foaie cam de 1/2 cm grosime, care se taie, cu o ruletă sau cu un cuţit, în pătrate cu latura de 4 x 4 sau 5 x 5 cm, punînd în mijlocul fiecărui patrat de cocă cîte o linguriţă de umplutură de ciuperci, după care se îndoaie colţ la colţ, formîndu-se pateuri în formă de triunghi. Fără să se ungă, se aşază pateurile pe o tavă distanţate puţin între ele, se introduc în cuptorul bine încins şi se lasă la copt pînă se rumenesc puţin. Umplutura de ciuperci poate fi înlocuită cu umplutură de brînză sau de carne.

(Aluatul pentru pateuri se poate prepara după reţeta 55).

10. *PREPARATE DIN LEGUME FĂRĂ CARNE*

Legumele sînt foarte importante în hrana omului, deoarece sînt bogate în vitamine și săruri minerale.

10.1. PREPARATE DIN CARTOFI

În general, cartoful constituie un aliment de bază, hrănitor, care conține elemente nutritive complexe și se pretează la prepararea multor feluri de mîncare: salate, supe, supe-creme, borșuri etc. sau la garnituri pentru alte preparate. Conțin 12—14% amidon și un procent ridicat de vitamina C.

În cuprinsul acesteri cărți sînt prezentate peste 100 de rețete pentru preparate din cartofi, din care gospodinele vor putea să le aleagă pe cele mai ieftine și mai gustoase sau pe cele care sînt mai ușor de preparat.

Cartofii constituie, de asemenea, alimentul de bază atît pentru persoanele cu regim vegetarian, cît și pentru cele cu regim dietetic. Ei sînt nelipsiți în prepararea mîncărurilor în tot timpul anului și chiar dacă sînt consumați zilnic — numai să nu se repete același fel de mîncare — nu produc plictiseală.

Pentru ca preparatele din cartofi să fie mai gustoase, ca și pentru creșterea valorii lor nutritive, se adaugă grăsimi (ulei, unt sau margarină), ouă, smîntînă și brînză sau cașcaval.

Calitatea și gustul preparatelor depind de soiul cartofilor folosiți:

— pentru piureuri se folosește soiul de cartofi *săpunari* sau soiul *chifle;*

— pentru prăjit și pentru salate, ca și pentru supe și ciorbe se folosește soiul de cartofi *galben timpuriu* sau *viola.*

Cartofii curățați de coajă și de impurități se pun imediat în apă rece, ca să nu se înnegrească, și nu se taie decît în momentul pregătirii; altfel, o parte din substanțele lor minerale trec în apă, iar cartofii se sfărîmă la prăjit sau la fiert.

Cînd avem de-a face cu cartofi încolțiți, cum se întîmplă mai ales primăvara, și sîntem nevoiți să-i folosim pînă la apariția celor noi, aceștia trebuie curățați bine, înlăturîndu-se o porțiune mai groasă din coajă, împreună cu urmele de încolțire și părțile înnegrite sau înverzite. În caz contrar, dacă nu sînt curățați bine, cartofii consumați pot produce intoxicații. Acestea se datoresc unei substanțe puternic otrăvitoare numită *solanină* care se formează în jurul ochiurilor de încolțire și care produc colici intestinali, diaree, vărsături, stări de oboseală și transpirație.

Cartofii bine fierți și preparați proaspeți sînt ușor digerabili, chiar pentru cei suferinzi.

680. **Cartofi fierți cu unt**

Pentru 6 porții: *1 kg cartofi, 100–150 g unt, sare.*

Cartofii se fierb curățați sau în coajă. Dacă se curăță de coajă, cartofii se pun întregi în apă rece, ca să nu se înnegrească. Ei se curăță numai în momentul în care se pun la fiert. După ce au fost curățați și bine spălați în apă rece, se taie în sferturi și dacă sînt mari se mai taie o dată în două și se pun la fiert cu apă fierbinte și puțină sare. Se pune vasul pe foc tare ca să fierbă bine pînă sînt gata, fără a se zdrobi. Se servesc ca garnitură, stropiți cu unt și presărați cu pătrunjel tăiat mărunt, sau ca mîncare cu unt.

(Cartofii curățați dacă sînt ținuți în apă, mai ales tăiați, își pierd sărurile de potasiu și din vitamine).

681. **Cartofi fierți cu unt și brînză**

1 kg cartofi, 100 g unt, 300 g brînză, sare.

Cartofii se curăță de coajă, se taie în cuburi, se pun la fiert în apă clocotită cu puțină sare (căci brînza cu care se servesc poate este sărată; dacă este prea sărată, brînza se pune la desărat în lapte sau în apă rece) și se fierb pînă sînt gata, fără a se zdrobi.

Se servesc scurși de apă, stropiți cu unt topit și presărați cu brînză sau se pune cîte o felie de unt la fiecare porție și cîte o felie de brînză.

682. **Cartofi fierți cu ceapă prăjită**

1 kg cartofi, 300 g ceapă, 100 ml ulei, sare.

Se fierb cartofii la fel ca în rețeta anterioară. Cînd sînt gata, se scurg de apă și se servesc foarte fierbinți cu ceapă prăjită cu ulei, turnată deasupra. Se servesc ca o mîncare, cu orice fel de salată sau cu murături.

683. **Cartofi copți**

1–1,5 kg cartofi, 200 g unt sau smîntînă.

Se aleg cartofi de aceeași mărime, se spală, se usucă și se pun în cuptorul încins, fie întregi, fie tăiați în două, curățați de coajă sau nu. În cazul în care se coc curățați, se pun într-o tavă unsă cu ulei. Cînd cartofii sînt copți, se servesc cu unt separat. (Cartofii curățați de coajă, cît sînt încă cruzi, se pot freca cu puțină sare grunjoasă, se ung pe deasupra cu ulei și se coc pînă se rumenesc și se fac pufoși).

684. **Cartofi sote**

Se fierb cartofii în coajă în apă cu sare. După ce au fiert se curăță de coajă, se taie în felii, se potrivesc de sare și se pun la prăjit (sotat) într-o tigaie largă (spațioasă), cu ulei bine încălzit.

După ce s-au prăjit, se servesc fierbinți, presărați cu puțin piper și cu pătrunjel verde tăiat mărunt, sau presărați cu cașcaval ras și cu ochiuri la capac lîngă ei (v. rețeta „Ochiuri la capac").

685. **Cartofi prăjiți**

Cartofii curățați se taie în batoane de mărimea și grosimea degetului mic și se pun în apă rece. În momentul în care punem uleiul într-un ceaun sau într-o crăticioară pe foc, se scot cartofii din apă, se zvîntă pe un șervet și se pun la prăjit pe rînd, cîte puțini, în ulei bine încins. Se prăjesc răsfirați, în acest fel rumenindu-se bine și repede. Se scot cu o spumieră și se pun în alt vas încălzit, pînă se prăjește toată cantitatea. Se servesc fierbinți, cu omletă sau cu ochiuri și cu diferite salate sau murături. (Cartofii se prăjesc în ulei mult, care după prăjire rămîne și se poate folosi din nou pentru prăjitul cartofilor sau la prepararea altor mîncăruri, în afară de salate).

686. **Cartofi pai**

Cartofii curățați se taie foarte subțiri (julien) și cît se poate de lungi, pentru a avea un aspect cît mai frumos. Se clătesc în apă rece, se usucă într-un prosop (de bucătărie curat) și se pun la prăjit în ulei mult și foarte încins. Se prăjesc cîte puțini, pe rînd, și cînd s-au rumenit se scot cu spumiera și se sărează cu sare fină. În continuare se procedează ca în rețeta anterioară.

687. **Cartofi șip cu caşcaval**

Cartofi, ulei, caşcaval, sare.

Se aleg cartofi de aceeași mărime și de formă lunguiață, se curăță, se taie la capete, apoi în felii cît se poate de subțiri și egale și se țin în apă rece. Înainte de a se prăji se usucă într-un șervet, apoi se rumenesc pe rînd în ulei mult și foarte încins. Se scot imediat ce au căpătat o culoare aurie, se sărează cu puțină sare fină și, după gust, se presară cu caşcaval ras.

Se servesc ca aperitiv la bere sau la vin.

688. **Cartofi sufle**

Se prepară din cartofi săpunari. Cartofii, curățați, se taie întîi în felii subțiri, apoi în cuburi. Se clătesc în apă rece, se usucă într-un prosop și se opăresc pe rînd în ulei încins, așezîndu-se pe un platou pînă se opărește toată cantitatea. Apoi se încinge din nou uleiul puternic și în el se pun pe rînd cîte puțin din cartofii opăriți. În felul acesta se rumenesc repede și se umflă ca gogoșile, ridicîndu-se deasupra uleiului. Se scot apoi imediat, fără a se pune unii peste alții, și se presară cu sare, fină. Se servesc calzi sau reci, presărați cu caşcaval ras, ca gustare la șpriț sau la bere.

Cartofii sufle trebuie pregătiți întocmai cum s-a indicat în rețetă; feliile de cartofi prin opărire conțin mai puțină apă și formează o pojghiță care la prăjire se umflă.

689. **Cartofi înăbușiți**

800 g cartofi, 100 ml ulei, sare.

Cartofii se curăță, se taie în careuri mai mici și se pun în apă rece, după care se ascot, se usucă de apă într-un șervet și se pun într-un vas (cu capac) cu ulei încins. Se țin pe foc puternic, mișcînd din cînd în cînd

vasul ca să nu se prindă. Cînd cartofii au început să se prăjească, se scurge uleiul și în acel moment se toarnă peste ei 200 ml apă clocotită și puțină sare. Se acoperă cu un capac și se lasă să se înăbușe pînă cînd cartofii se fac moi și pufoși. Se servesc ca mîncare, cu orice fel de salată sau cu murături (castraveți murați, gogonele sau miez de varză stropit cu ulei și presărat cu puțin piper pisat sau cu boia roșie).

690. **Cartofi la tigaie (mîncare rapidă)**

Se curăță cartofii, se spală, se taie în felii de 1 cm grosime, se pun într-un vas, și se toarnă peste ei apă clocotită cu sare în care se țin cîteva minute. Apoi se scot cartofii, se șterg de apă cu un șervet sau se lasă pe o sită să se scurgă bine de apă, după care se așază pe un rînd într-o tavă unsă cu uleiș, bine încălzită, și se prăjesc pe ambele părți pe plită sau în cuptorul bine încins. După aceea se scot și se așază al doilea rînd de felii de cartofi, prăjindu-se astfel pe rînd toți cartofii. Pînă la servire cartofii prăjiți se țin într-un vas acoperit și ținut în alt vas cu apă fierbinte.

Se servesc cu unt, cu smîntînă sau cu iaurt.

691. **Cartofi cu ciuperci**

Pentru 6 porții: *1 kg cartofi, 100 g ceapă, 200 g ciuperci, 100 ml ulei, cîteva boabe de piper, 1 foaie de dafin, 2-3 roșii, 1 legătură de pătrunjel, sare și piper pisat.*

Se curăță ciupercile, se spală, se taie în felii subțiri și se stropesc cu zeamă de lămîie ca să nu se înnegrească.

Între timp, se curăță cartofii și ceapa. Cartofii se taie în bucăți mici, se spală și se zvîntă într-un șervet, se sărează și se călesc, pe rînd, în ulei bine încins, numai cît să se rumenească puțin. În uleiul rămas se prăjește ceapa tăiată mărunt și cînd începe să se rumenească se adaugă ciupercile și se călesc împreună 10—15 min, după care se stinge cu apă caldă și se adaugă cartofii rumeniți mai înainte, piper, foaia de dafin, sare și se fierb pînă cînd cartofii sînt gata. Deasupra mîncării se pun cîteva roșii tăiate felii și se introduce în cuptor pentru 10—15 min, să se rumenească puțin deasupra. După gust, înainte de a se introduce în cuptor, se mai poate adăuga puțin vin și usturoi pisat.

Se servesc presărați deasupra cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

692. **Cartofi iahnie**

1 kg cartofi, 300 g ceapă, 100 ml ulei, 50 g bulion de roșii, 1-2 legături de verdeață, cîteva boabe de piper, 1 foaie de dafin, boia de ardei; usturoi, cimbru, cîteva roșii, sare.

Se curăță cartofii și ceapa. Ceapa se taie mărunt, iar cartofii se taie în bucăți, se spală, se zvîntă într-un șervet și se călesc rînd pe rînd în ulei bine încins, numai cît să se rumenească puțin. Apoi, în uleiul rămas, se prăjește ceapa tăiată mărunt, iar cînd a început să se rumenească se adaugă boia de ardei, bulionul de roșii și se călesc împreună 5—6 min, după care se stinge cu apă caldă. Se pun apoi cartofii, se adaugă toate ingredientele și sare și se fierb împreună pînă cînd cartofii sînt gata, fără să se sfărîme. Se așază deasupra cîteva roșii tăiate felii și se introduce iahnia în cuptor 10—15 min.

Iahnia de cartofi se servește caldă sau rece, presărată deasupra cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

693. **Cartofi cu măsline**

Se prepară ca în rețeta anterioară, adăugîndu-se 100—150 g măsline (spălate) și 100 ml vin, după care se fierb împreună 5—6 min. (Înainte de a se adăuga, măslinele se pun separat la fiert 10—20 min, după care se scurg și se introduc în mîncare.) Se pot servi calzi sau reci.

694. **Cartofi cu praz**

1 kg cartofi, 500 g praz, 100 g ceapă, 100 ml ulei, 50 g bulion, 100 g măsline, 2-3 roșii, verdeață, piper, sare.

Cartofii, curățați și spălați, se taie în bucăți potrivite și se pun în apă rece. Între timp, se curăță prazul, se spală, se taie în bucăți de 3—4 cm și se opărește în apă cu sare, după care se lasă într-o strecurătoare să se scurgă bine de apă. Ceapa se taie mărunt.

Cînd toate sînt pregătite, se pune pe foc o tigaie sau o cratiță cu ulei la încins, în care se călesc puțin, pe rînd, cartofii zvîntați și se scot în altă cratiță. În uleiul rămas se călește prazul, 10 min, după care se scoate și se pune peste cartofi. În același vas se pune la prăjit ceapa tăiată mărunt și se prăjește pînă se rumenește puțin, apoi se adaugă bulion de roșii, se stinge cu apă caldă și se răstoarnă peste cartofii cu praz. Se adaugă măslinele opărite, piper, sare, și se fierb împreună pînă ce sînt gata. Se așază deasupra felii de roșii și se introduce mîncarea în cuptorul încins să se rumenească și să mai scadă dacă este nevoie. Se servește caldă sau rece, presărată deasupra cu pătrunjel tăiat mărunt.

(Mîncărurile sînt mai gustoare dacă după ce sînt gata se mai introduc în cuptor pentru 10—20 min, să mai scadă și să se rumenească puțin pe deasupra. Dacă cuptorul este prea încins, mîncarea se acoperă cu un capac sau cu o hîrtie unsă).

695. **Cartofi cu orez**

Pentru 6 porții: *600 g cartofi, 120 g orez, 200 g ceapă, 100 ml ulei, 2-3 ardei grași, 2-3 roșii, piper, sare, 30 g bulion.*

Cartofii, curățați și spălați, se taie în cubulețe mici și se pun în apă rece. Într-o cratiță se încinge uleiul în care se călesc cartofii scurși de apă și bine zvîntați într-un șervet. Se călesc pînă se rumenesc puțin, se scot, iar în uleiul rămas se prăjește ceapa tăiată mărunt și cînd a început să se rumenească se adaugă ardeiul gras tăiat subțire, orezul ales, spălat și bine scurs de apă, piper, sare și, amestecînd, se mai călesc 5—6 min împreună, după care se stinge cu 1/2 l de apă clocotită. Se așază deasupra cîteva felii de roșii, se acoperă cratița cu un capac și se lasă pe un disc de tablă pus pe flacără mică, să fiarbă mîncarea cît mai domol sau se introduce în cuptor (mai slab încălzit). Se fierbe cel mult 30 min.

696. **Cartofi gratinați**

1 kg cartofi, 100 g unt, 1/2 l lapte, 50 g făină, 2-3 ouă, 100 g cașcaval.

Cartofii se fierb în coajă, după care se curăță și se taie în felii. Între timp, se prepară sosul din 50 g unt, făină și se stinge cu lapte călduț; după ce s-a răcit puțin se adaugă ouă crude, 50 g cașcaval ras, sare după gust și cartofii tăiați în felii. Se amestecă apoi totul și se așază într-o

formă unsă cu restul de unt. Se nivelează compoziția, se presară cu restul de caşcaval ras şi se introduce în cuptor să se gratineze.

697. **Cartofi franţuzeşti**

Pentru 6 porţii: *600 g cartofi, 4 ouă fierte, 200 g smîntînă, 2 ouă, 100 g unt, 200 g caşcaval ras, sare.*

Se spală cartofii şi se pun la fiert necurăţaţi, cu apă caldă şi sare. După ce s-au fiert se curăţă de coajă şi se taie în felii. Se ia o tavă, se unge bine cu unt şi se aşază un strat de felii de cartofi, un strat de felii de ouă fierte, cîte puţină smîntînă şi caşcaval ras. Apoi se repetă aceleaşi straturi de componente. Pe ultimul strat, care trebuie să fie de cartofi, se toarnă restul de smîntînă bătută cu ouă, se presară cu restul de caşcaval ras, se stropeşte cu restul de unt topit şi se introduce compoziţia în cuptor să se gratineze.

698. **Cartofi gratinaţi rapid**

1 kg cartofi, 100 g unt, 100 g caşcaval ras, sare.

Cartofii cruzi se curăţă de coajă, se spală şi se taie în felii subţiri. Se sărează şi se aşază, într-o tavă unsă cu unt, un strat de felii de cartofi peste care se presară caşcaval ras. Apoi se repetă straturi de cartofi şi caşcaval ras. Pe ultimul strat de cartofi se presară restul de caşcaval şi se stropeşte cu unt topit, după care se introduc la cuptor încins să se gratineze.

699. **Cartofi brutăreşti cu ceapă**

1 kg cartofi, 100 ml ulei, 200 g ceapă, sare, piper, verdeaţă.

Cartofii se curăţă, se spală, se taie în felii cît mai subţiri şi se pun într-o tavă unsă. Între timp, ceapa se curăţă, se spală, se taie în felii cît mai subţiri şi se prăjeşte în ulei pînă se rumeneşte puţin, după care se pune peste cartofii din tavă şi se mai adaugă sare, piper, verdeaţă tăiată mărunt şi 200—300 ml de apă fierbinte. Se amestecă compoziţia şi se introduce tava cu cartofi în cuptorul încins. Sînt gata după ce s-au rumenit pe deasupra.

700. **Cartofi copţi la cuptor**

20-30 cartofi mici (ca nucile) de aceeaşi mărime.

Se curăţă cartofii de coajă, se spală, se usucă, se sărează şi se tăvălesc în pesmet, apoi se aşază într-o tavă unsă cu ulei şi se introduc în cuptorul bine încins. Sînt gata cînd s-au rumenit. Se servesc calzi, cu mujdei de usturoi.

701. **Cartofi copţi la cuptor felii rondele**

Se aleg 5—6 cartofi de mărime mijlocie, se curăţă de coajă, se spală şi se taie în felii rotunde. Se pun cartofii felii într-o cratiţă, se toarnă peste ei apă clocotită, puţină sare şi se lasă să dea într-un clocot, apoi se scurg şi se aşază sub formă de strat într-o tavă unsă cu ulei şi se introduc în cuptor. Se coc pînă se rumenesc, apoi se scot pe un platou, se stropesc cu unt topit şi se presară cu brînză rasă.

702. **Cartofi ducesa (duchesse)**

600 g cartofi, 2 ouă, 1 lingură de făină, 50 g caşcaval ras, 50 g unt, 1 gălbenuş, sare.

Cartofii, curăţaţi de coajă, se spală şi se fierb în apă caldă cu puţină sare. Cînd sînt gata, se dau fierbinţi prin sită, se amestecă cu făină, ouă, unt topit, caşcaval ras şi se potrivesc de sare. Cu ajutorul unui cornet cu şpriţ mai mare decît cel pentru maioneză, care se umple cu compoziţia preparată, se formează, într-o tavă unsă cu unt, diferite figuri sau forme de ceşcuţe. Acestea se ung cu gălbenuş şi se coc în cuptor, pînă se rumenesc frumos. Se servesc la diferite legume.

703. **Cartofi noi cu smîntînă**

800 g cartofi, 100 g unt, 200 g smîntînă, sare.

Se curăţă cartofii, se spală şi dacă sînt mari se taie în două sau în patru. Se pun la fiert cu apă fierbinte şi cu puţină sare. Cînd sînt fierţi se scurg bine de apă, apoi se adaugă untul tăiat în bucăţele, se acoperă vasul cu capac şi se înăbuşă 10—15 min pe foc domol Se servesc fierbinţi, cu smîntînă.

704. **Cartofi noi cu sos de mărar**

1 kg cartofi noi, 500 g sos de smîntînă cu mărar.

Se pregătesc cartofii ca în reţeta anterioară. Între timp, se pregăteşte un sos de mărar cu smîntînă (v. reţeta 193), se pun cartofii în sosul fierbinte şi se dau în fiert 2—3 min. La servit se adaugă cîte o linguriţă de smîntînă şi se presară deasupra mărar tăiat mărunt.

705. **Cartofi noi sote, cu mărar**

1,5 kg cartofi noi, 100 g unt sau ulei, sare, mărar.

Cartofii noi nu se curăţă de coajă ci se spală bine şi se freacă cu un prosop umed în care se pune un pumn de sare grunjoasă. După ce se clătesc, se pun la fiert cu apă clocotită cît să-i acopere şi cu puţină sare. (Pentru gust şi aromă, împreună cu cartofii se mai pun la fiert o legătură de mărar, sau cotoare de mărar şi de pătrunjel verde, legate cu aţă). După ce cartofii s-au fiert, se scurg, se scot cotoarele de verdeţuri, iar cartofii se pun într-o tigaie cu ulei încins şi se călesc pînă ce se rumenesc puţin. Se mai adaugă sare şi se presară deasupra cu mărar verde tăiat mărunt.

706. **Cartofi cu sfeclă**

1 kg cartofi, 2-3 bucăţi de sfeclă roşie, 200 g ceapă, 100 ml ulei, 2-3 linguri de oţet sau 1 lămîie, 1 legătură de pătrunjel verde, sare, piper.

Cartofii şi sfecla se fierbe în coajă dar separat. Sfecla se poate coace în cuptor. Între timp, se curăţă ceapa, se taie mărunt şi se prăjeşte cu ulei. Cartofii şi sfecla se curăţă de coajă, se taie în felii şi apoi acestea se taie în două sau în patru, se pun într-un castron, se adaugă ceapa, sare, piper, oţet sau zeamă de lămîie după gust. Se amestecă compoziţia, se presară cu pătrunjel verde sau cu hrean ras şi se serveşte ca un fel de mîncare.

707. **Cartofi cu sfeclă şi ciuperci uscate**

Se prepară la fel ca în reţeta anterioară, folosind aceleaşi componente şi cantităţi, în plus adăugîndu-se 50—60 g ciuperci uscate. Ciuper-

cile se spală mai întîi în cîteva ape, după care se lasă pentru 2—3 ore la înmuiat în apă călduță. Se pun apoi la fiert tot în apa în care s-au înmuiat (altfel se pierde din gustul ciupercilor). După ce ciupercile sînt bine fierte se scot din zeama în care au fiert și dacă sînt mari se taie în bucăți, apoi se pun la un loc cu cartofii și sfecla. Se poate adăuga și puțin din zeama în care au fiert ciupercile. (Restul de zeamă se păstrează pentru alte preparate). După gust, se poate adăuga mujdei de usturoi.

708. **Cartofi cu varză murată**

1 kg de cartofi, 600 g varză murată, 100 ml ulei, piper pisat sau boia de ardei.

Se pun cartofii în coajă la fiert. Între timp, se taie varza foarte subțire și se pune la călit cu ulei. Se călește 5—6 min, numai ca să se încălzească bine varza, se adaugă cartofii fierți și tăiați în felii, piper pisat sau boia de ardei, se potrivește de sare și se amestecă. Se servește ca un fel de mîncare caldă sau rece.

709. **Cartofi piure gratinați**

800 g cartofi, 200 g caşcaval, 100 g unt, 50 g pesmet.

Cartofii curățați de coajă se pun la fiert cu apă fierbinte și puțină sare. După ce s-au fiert, se scurg de apă, se trec prin sită, se pun într-o tavă unsă cu o parte din unt și presărată cu pesmet, se netezesc cu lama unui cuțit și deasupra lor se fac modele în formă de rînduri sau de gratii. Se presară deasupra cu caşcaval ras, se stropesc cu restul de unt și se introduc în cuptorul încins. Se țin la copt pînă se rumenesc (se gratinează) pe toată suprafața. Se servesc calzi, cu ochiuri sau cu iaurt.

710. **Cartofi piure**

1,2 kg cartofi, 50 g unt, 100 ml lapte, sare.

Cartofii, curățați de coajă, se taie și se fierb în apă cu sare pînă se înmoaie. Se scurg și se bat cu un tel, adăugîndu-se laptele fierbinte și jumătate din unt, pînă se fac ca o spumă. Restul de unt se pune deasupra piureului cînd se servește.

711. **Cartofi cu ceapă și usturoi**

1 kg cartofi, 200 g ceapă, 100 ml ulei, 1 căpățînă de usturoi, sare, piper.

Se fierb cartofii în coajă, se curăță, se taie în felii și se pun peste ceapa curățată, tăiată și rumenită puțin în ulei. Se călesc împreună pînă capătă o culoare rumenă deschisă. Se adaugă apoi usturoiul pisat, piper și sare după gust. Se amestecă și se servesc calzi, ca un fel de mîncare, însoțiți de ochiuri sau omletă, cu salată, cu castraveți murați sau cu miez de varză murată cu ulei și piper deasupra.

712. **Cartofi jumătăți umpluți**

1 kg cartofi, 100 g ceapă, 100 ml ulei, 2 gălbenușuri, sare, piper.

Se aleg cartofi de aceeași formă și mărime, se curăță de coajă, se spală, se șterg, se freacă cu sare, apoi se pun într-o tavă în cuptorul în-

cins, întorcîndu-se pe toate părțile, să se rumenească uniform.

După ce s-au copt, se lasă să se răcească, se taie în două și se scobește miezul, fără a se strica pereții. Ceapa se curăță, se taie foarte mărunt și se călește în jumătate din ulei. Cînd începe să se rumenească se adaugă miezul de la cartofi, se potrivește de sare și de piper, apoi se adaugă gălbenușurile, se amestecă totul bine și cu compoziția respectivă se umplu cartofii. Cartofii umpluți se netezesc deasupra, se presară cu făină și se așază într-o tigaie cu unt sau cu ulei bine înfierbîntat, cu partea umplută în jos, ca să se prăjească repede.

Se servesc așezați cu partea prăjită în sus, cu salată verde, cu salată de roșii sau cu murături.

713. **Cartofi copți umpluți cu brînză**

Modul de preparare este același ca în rețeta anterioară, doar se înlocuiește ceapa cu brînză și uleiul cu unt, din care cu jumătate se prăjesc cartofii umpluți, iar cu restul se stropesc cînd se servesc. Se adaugă smîntînă sau iaurt la masă. Brînza telemea se poate înlocui cu brînză de burduf, presărîndu-se deasupra cu mărar verde tocat mărunt.

714. **Cartofi umpluți cu ciuperci**

1 kg cartofi, 200-300 g ciuperci, 2 ouă, 100 g unt, 30 g cașcaval, sare, piper, 100 g ceapă.

Se aleg cartofi de aceeași formă și mărime. Se curăță foarte subțire de coajă și se fasonează, dîndu-li-se formă de butoiaș, după care se freacă cu sare și se pun în cuptor, întorcîndu-se pe toate părțile, să se coacă uniform. După ce s-au copt, se taie un căpăcel la capăt ca să poată să stea drept și prin care se scoate totodată și miezul cu atenție să nu se strice pereții. Miezul scos se amestecă cu ciupercile, care se pregătesc din timp astfel: se curăță și se spală, se taie mărunt și se înăbușă într-o cratiță cu unt, împreună cu ceapa tăiată foarte mărunt și ușor călită. Cînd ciupercile încep să se prăjească se adaugă sare și puțin piper, se amestecă cu miezul de cartofi, se mai adaugă gălbenușurile și albușurile bătute spumă, după care cu compoziția preparată se umplu cartofii scobiți. Aceștia se așază într-o tavă unsă, se presară deasupra cu cașcaval ras și se introduc în cuptor pînă se gratinează.

715. **Cartofi noi cu usturoi**

1 kg cartofi, 1 căpățînă de usturoi, 60 ml ulei, sare, piper.

Se aleg cartofi de aceeași mărime (mărimea nucilor), se curăță, se spală și se pun într-o cratiță cu ulei și puțină apă. Se acoperă cratița cu un capac și se introduce în cuptor să fiarbă înăbușit. Cînd cartofii se fac pufoși, se adaugă usturoiul pisat, sare, piper, după care cratița se introduce din nou în cuptor, fără capac, și se ține pînă scade sosul și se rumenesc cartofii. Se servesc fierbinți.

716. **Degețele de cartofi (cartofi à la polonez)**

1 kg cartofi, 1-2 ouă, 2-3 linguri făină, 200 g unt, 100 g pesmet, sare.

Cartofii fierți se trec prin sită sau se dau prin mașina de tocat. Se adaugă ouăle, făina, puțină sare, se amestecă repede cîteva minute, apoi

se formează unu sau două suluri lungi care se așază pe o planșetă presărată cu făină și se taie în bucățele. Acestora li se dă formă de bastonașe mici, rotunde (ceva mai scurte decît degetul mic), care se fierb în apă clocotită cu sare, timp de 10 min, pînă se ridică deasupra apei. Se scot, se ung cu unt topit sau cu pesmet prăjit în unt și se servesc calde.

717. **Găluște de cartofi cu ceapă călită**

Compoziția de găluște se prepară ca în rețeta anterioară, formîndu-se însă bile (cît jumătate de ou) care, după ce sînt fierte, se amestecă cu ceapă prăjită, preparată din timp astfel: se curăță 200 g ceapă, se taie cît mai mărunt și se prăjește în 100 ml ulei, iar cînd a început să se rumenească se adaugă gălușteIe și împreună se mai călesc 5—6 min.

718. **Găluște de cartofi simple**

Cartofii (1 kg) se curăță de coajă, se spală, se taie mărunt și se pun la fiert cu apă caldă și sare. După ce sînt bine fierți, se scurg puțin (nu de toată zeama), se adaugă 2—3 linguri de făină și se bat cu un tel, adăugîndu-se 2—3 ouă și o parte din ceapa tăiată mărunt și prăjită în ulei. Se mai amestecă pe foc 5—6 min, după care se ia cu o lingură din cartofi, și se pun găluște într-o salatieră care se presară cu restul de ceapă prăjită.

719. **Găluște de cartofi cu prune**

1 kg cartofi, 2 ouă, 200 g făină, 100 g unt, 100 g pesmet, 100 g zahăr, 1 kg prune, sare.

Cartofii, fierți în coajă, se curăță și se trec prin sită sau se dau prin mașina de tocat. Se adaugă ouăle, făina, puțină sare și se amestecă repede cîteva minute. Se așază coca obținută pe o planșetă presărată cu făină, se formează sul și se taie bucățele din care se formează foi potrivit de groase, pe ele se pune cîte o prună cu sîmburele scos, după care se strînge coca în jurul prunei, se rotunjește și se pune la fiert în apă clocotită cu puțină sare. Cînd gălușteIe s-au ridicat deasupra apei se mai lasă să fiarbă 5—6 min, după care se scot cu o spumieră și se pun într-o tavă unsă cu unt. Peste ele se toarnă pesmet prăjit în unt, se presară deasupra cu zahăr și scorțișoară și se introduc puțin în cuptorul încins.

720. **Crochete de cartofi simple**

600 g cartofi, 2 gălbenușuri, 50 g cașcaval ras, 60 g făină, 30 g pesmet, sare, piper, unt pentru uns tava.

În cartofii fierți și dați prin mașina de tocat se adaugă gălbenușurile, făina, sare și piper. Se amestecă totul bine și se împarte în bucăți egale, fiecărei bucăți dîndu-i-se o formă lunguiață de crochete. Acestea se trec prin pesmet numai pe o parte, aceea pe care se așază într-o tavă unsă. Deasupra se presară cu cașcaval ras și se introduce tava în cuptor. Cînd s-au rumenit sînt gata.

721. **Papricaș de cartofi cu găluște**

1,500 kg cartofi, 300 g ceapă, 100 ml ulei, 2 g boia de ardei, cîteva boabe de piper, 1 legătură de pătrunjel verde, 1 foaie dafin, 50 g bulion, sare.

Pentru găluște: *150 g făină, 200 ml apă, 60 ml ulei sau unt, 2-3 ouă, verdeață, sare.*

Cartofii curățați, spălați și tăiați în felii se călesc într-o tigaie în ulei încins, apoi se scot, iar în uleiul rămas se prăjește ceapa tăiată mărunt, se adaugă bulion, boia și se stinge cu apă. Se răstoarnă sosul într-o cratiță, se adaugă cartofii, piper, sare, foaia de dafin și se lasă să fiarbă pînă cînd cartofii sînt gata.

În acest interval de timp se pregătesc găluștele astfel: se pun la fiert apa cu uleiul și cînd a dat în clocot se toarnă toată făina deodată, amestecîndu-se bine să se încorporeze. Se ia imediat de pe foc, se lasă să se răcească puțin, se adaugă ouăle unul cîte unul, amestecînd tot timpul, și la sfîrșit verdeața tocată mărunt. Din compoziția respectivă se iau cu linguriță găluște mici, de mărimea unei alune, care se fierb cîteva minute în apa clocotită cu sare, după care se scrurg și se introduc în cratița cu cartofi, apoi se mai lasă să fiarbă împreună 5—6 min și se adaugă sare, după gust.

Se servește fierbinte, presărat deasupra cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

Papricașul trebuie să aibă sos suficient.

722. **Gogoși din cartofi (desert)**

500 g făină, 600 g cartofi, 400 ml lapte, 2-3 ouă, 50 g drojdie de bere, 100 g zahăr, 100 g unt, 100 g zahăr pudră, 1 plic zahăr vanilat, sare, ulei pentru prăjit.

Cartofii fierți în coajă se curăță și după ce s-au răcit se dau prin răzătoarea măruntă sau se trec prin mașina de tocat. Se dizolvă drojdia cu 2—3 linguri de lapte călduț, se adaugă 1 lingură de făină cu vîrf și 1 linguriță de zahăr. Se lasă la loc călduț să crească. După ce drojdia a crescut, se adaugă restul de făină, lapte, zahăr, 2—3 ouă, sare, untul topit și se amestecă frămîntînd, apoi se mai lasă să crească la loc călduț. Cînd a crescut bine, se pune aluatul pe o planșetă presărată cu făină și se întinde o foaie de 1 cm grosime din care se decupează rondele cu gura unui pahar sau cu o formă de tablă. Rondelele decupate se lasă la loc călduț 20—30 min, după care se prăjesc în ulei bine încălzit. La servire se presară cu zahăr pudră amestecat cu zahăr vanilat.

723. **Gogoșele cu cartofi**

600 g cartofi, 200 g făină, 100 ml ulei, 3 ouă, sare, piper sau nucșoară, ulei pentru prăjit.

Se pun la fiert într-un vas 200 ml apă și 100 ml ulei. Cînd au dat în clocot, se pune toată făina, se amestecă de cîteva ori bine și se ia vasul de pe foc. După 5—6 min se adaugă ouăle unul cîte unul și la urmă cartofii fierți și dați prin răzătoare sau prin sită. Se potrivește de sare, piper sau nucșoară, se ia cîte o bucățică din compoziție și se formează gogoșele mici care se prăjesc în ulei bine încins. În timpul prăjitului se mișcă cratița.

Se servesc presărate deasupra cu cașcaval ras.

724. **Cartofi cu brînză și smîntînă, gratinați**

600 g cartofi, 200 g brînză, 300 g smîntînă, 50 g cașcaval ras, 2 ouă, 100 g unt, sare.

Cartofii se curăță de coajă, se spală bine și se pun la fiert întregi, într-o cratiță largă cu apă caldă și puțină sare. Se fierb lent ca să nu se sfărîme. După ce sînt gata se scurg și se lasă să se răcească, apoi se taie în felii și se așază într-o tavă unsă cu unt, alternativ, un strat de cartofi și un strat de brînză rasă, ultimul rînd trebuind să fie de cartofi. Deasupra se toarnă smîntîna bătută cu ouă și cu puțină sare, se nivelează, se presară cu caşcaval ras și untul tăiat în bucățele mici. Se introduce tava în cuptor și se lasă pînă se rumenește compoziția deasupra. Se servesc calzi.

725. **Brînzoaice de cartofi**

600 g cartofi, 400 g făină, 4 ouă, 300 g brînză telemea, 50 g unt, 100 ml lapte, 30 g drojdie, sare.

Cartofii fierți se scurg de apă, se trec prin sită sau se sfărîmă cu telul. Separat se amestecă drojdia de bere cu lapte călduț și făină, lăsîndu-se la un loc călduț să crească. După ce drojdia a crescut se adaugă restul de făină, untul topit, 2 ouă, cartofii frămîntați, sare și se frămîntă ca un aluat obișnuit de tare. Se împarte apoi aluatul în bucăți egale și fiecare bucată se întinde ca o foaie în formă de pătrat, pe care se pune cîte 1 lingură de umplutură preparată din brînza frămîntată cu 1 lingură de griș, 1 lingură de făină și cu restul de ouă. Se aduc vîrfurile pătratului de aluat la mijlocul acestuia și se strîng (se apasă) puțin. Se ung cu ou bătut, se așază pe o tavă unsă (nu prea rece), se mai lasă la un loc călduț 10—20 min, după care se coc în cuptorul bine încălzit, pînă ce se rumenesc brînzoaicele. Se servesc calde.

726. **Ruladă de cartofi cu brînză sau cu ceapă**

Compoziția de cocă se prepară la fel ca în rețeta anterioară, cu deosebirea că se formează rulada. Se întinde aluatul în grosime de 1 cm, peste care se pune umplutura de brînză sau ceapa călită în ulei (300 g ceapă, 60 ml ulei), potrivindu-se de sare și de piper, după care se rulează, se unge pe deasupra cu ou bătut, se așază într-o tavă unsă și se introduce în cuptor, ținîndu-se pînă se coace. Se servește caldă.

727. **Colțunași cu cartofi**

400 g făină, 500 g cartofi, 100 g ceapă, 50 ml ulei, 100 g unt sau smîntînă, 2 ouă, sare, piper.

Cartofii se fierb în coajă sau curățați. După ce s-au răcit se trec prin răzătoare sau prin mașina de tocat, apoi se adaugă 1 ou, sare, piper și ceapa tăiată mărunt și prăjită în ulei.

Separat se pregătește o cocă din făină, 1 ou și apă cît primește făina, se amestecă totul bine și se pune pe o planșetă presărată cu puțină făină. Se întinde o foaie subțire, din care se decupează cu un pahar rondele sau se taie foaia în pătrate cu latura de 5 cm. În mijlocul rondelelor sau a pătratelor se pune cîte o lingurită din compoziția de cartofi și se adună suprapunîndu-se marginile și apăsîndu-le ca să se lipească. Colțunașii se pun în apă clocotită cu sare să fiarbă 10—12 min. (Cînd s-au ridicat deasupra apei, se mai lasă să fiarbă 5—6 min). Apoi se scot și se stropesc cu unt topit, cu puțin unt și smîntînă, cu zahăr sau cu sos de tomate. În loc de unt se pot servi cu ceapă tăiată foarte mărunt și prăjită în ulei.

Aceeași cocă de colțunași poate fi umplută cu brînză telemea, brînza de vaci, marmeladă de orice fel, varză călită etc.

728. **Chifteluţe de cartofi**

1 1/2 kg cartofi, 100 g ceapă, 2 ouă, 150 g făină, 150 ml ulei, sare, piper.

Se fierb cartofii în coajă şi, după ce au fiert, se curăţă, se lasă să se răcească şi se trec prin maşina de tocat. Între timp, ceapa tăiată mărunt se călește în ulei, se scurge şi se adaugă la cartofii daţi prin maşina de tocat. Se adaugă apoi ouăle, piperul, sarea şi 3/4 din făină (cu făina rămasă se presară fundul pe care se fac chifteluţele). Se amestecă totul repede, se formează un sul din care se taie bucăţi de 40—50 g, cărora li se dă formă de chifteluţe ce se tăvălesc prin făină şi se prăjesc în ulei bine încins.

729. **Chifteluţe dulci din cartofi**

Se pregătesc ca în reţeta anterioară, fără a se mai adăuga ceapă şi piper. Se servesc cu zahăr şi smîntînă.

730. **Chifteluţe de cartofi la cuptor**

Compoziţia de cartofi se prepară la fel ca în reţeta 728, fără ceapă şi piper, adăugîndu-se în loc 100—200 g brînză rasă. Se amestecă bine şi se formează chiftele, care se aşază într-o tavă unsă şi se introduc în cuptor, unde se coc 20—30 de min.

731. **Chifteluţe de cartofi pane**

Compoziţia de chifteluţe se prepară ca în reţeta 728 şi după ce sînt pregătite se tăvălesc în făină, apoi se trec prin ou bătut şi se dau prin pesmet. Se prăjesc în ulei bine încălzit pînă se rumenesc pe ambele părţi. Se servesc cu diferite salate sau murături.

732. **Pîrjoale de cartofi cu brînză**

800 g cartofi, 300 g brînză, 200 g făină, 4 ouă, 100 g pesmet, sare.

Se fierb cartofii în coajă, se curăţă şi după ce s-au răcit se trec împreună cu brînza prin maşina de tocat. Se adaugă 200 g făină, ouăle şi sare dacă mai este nevoie. Se amestecă totul şi se împarte în bucăţi egale cărora li se dă o formă ovală turtită. Bucăţile se trec prin pesmet şi se prăjesc pe ambele părţi într-o tigaie cu ulei încins.

733. **Pîrjoale de cartofi moldoveneşti**

Compoziţia de cartofi se prepară la fel ca în reţeta anterioară dar fără brînză. În locul brînzei se adaugă 100 g ceapă călită în 60 ml ulei, sare şi piper, după gust, şi o legătură de mărar verde tăiat mărunt. Se prăjesc într-o tigaie cu ulei încins.

Se servesc calde, stropite cu mujdei de usturoi şi alături cu salată sau cu murături.

734. **Perişoare de cartofi cu mărar şi sos de smîntînă**

1 kg cartofi, 200 g făină, 3 ouă, 2 legături de mărar, 50 g unt, 70 ml ulei, 200 g smîntînă, sare, piper.

Se fierb cartofii în coajă, după care se curăţă, se lasă să se răcească, apoi se trec prin maşina de tocat. Se adaugă 150 g făină, ouăle, sare şi piper. Se amestecă totul bine şi se formează perişoare mici, cam de 20 g fiecare, care se tăvălesc prin făină şi se prăjesc în ulei. Se aşază perişoarele într-o cratiţă, se presară mărar printre ele şi se toarnă deasupra următorul sos: se rumenesc puţin 50 g făină în 50 g unt, se stinge cu zeama în care au fiert cartofii, apoi se adaugă smîntînă. Se toarnă sosul peste perişoare şi se mai dă o dată totul în fiert.

735. **Frigănele de cartofi**

600 g cartofi, 300 g făină, 1/2 l lapte, 100 g unt, sare, piper, 3-4 ouă şi ulei pentru prăjit.

Cartofii se curăţă de coajă şi se ţin în apă rece. Între timp, într-un castron se cerne făină, se pun ouăle, sare, piper şi se subţiază cu lapte pînă se face o cocă ca de clătite, în care se pun cartofii raşi pe răzătoare. Se ia cîte o lingură plină din această compoziţie şi se prăjeşte pe ambele părţi în ulei bine încins. Frigănelele prăjite se aşază într-un castron bine încălzit şi se stropesc cu unt fierbinte. Se acoperă şi se ţin pînă la servire.

Se servesc calde, fie cu o garnitură de legume, fie cu smîntînă.

736. **Tocăniţă de cartofi cu ciuperci**

1 kg cartofi, 300 g ciuperci, 200 ml ulei, 300 g ceapă, 30 g bulion de roşii, 1 legătură de pătrunjel, piper, sare.

Se curăţă cartofii, ceapa şi ciupercile. Ciupercile se taie în felii subţiri şi se călesc într-o parte din ulei, iar ceapa se taie în felii subţiri şi se prăjeşte în restul de ulei pînă cînd începe să se rumenească puţin. Se adaugă cartofii tăiaţi în bucăţi mici şi se călesc puţin împreună, după care se adaugă bulionul de roşii, piper, sare şi se stinge cu apă (cît este necesar). Se mai lasă să fiarbă pînă cartofii sînt gata, apoi se pun ciupercile şi pătrunjelui tăiat mărunt. Se serveşte caldă sau rece, ca un fel de mîncare.

737. **Musaca de cartofi vegetariană**

800 g cartofi, 200 g ceapă, 150 ml ulei, 10-20 ardei graşi cărnoşi (bine copţi sau chiar pîrguiţi), 500 g roşii, 2 ouă, 1 lingură de făină, 100 g smîntînă, 50 g brînză, sare, piper.

Se curăţă cartofii, se taie în felii şi se prăjesc în ulei. În uleiul rămas de la prăjirea cartofilor se căleşte ceapa tăiată mărunt şi cînd aceasta începe să se îngălbenească uşor se adaugă ardeii graşi copţi şi curăţaţi de coajă. Se mai lasă împreună să se înăbuşe 10 min, după care se adaugă roşiile curăţate de coajă şi seminţe, scurse de zeamă şi tăiate în bucăţi, sare şi piper, după gust, şi se mai ţin pe foc, amestecînd din cînd în cînd pînă scad. Într-o tavă unsă cu unt sau ulei se aşază alternativ un strat de cartofi şi un strat de umplutură de ardei pregătită după cum s-a arătat. Ultimul strat trebuie să fie de cartofi, peste care se toarnă smîntîna bătută cu ouă, făină şi dacă este nevoie subţiată cu puţin lapte, iar pe deasupra se presară brînză rasă sau caşcaval ras. Se introduce mîncarea în cuptor şi se coace pînă se rumeneşte pe deasupra. Se taie în porţii şi se serveşte cu sos tomat (v. reţeta 197).

738. **Musaca de cartofi, vinete şi brînză**

800 g cartofi, 600 g vinete, 200 g ceapă, 5-6 ardei graşi, 3-4 roşii, 150 ml ulei, 100 g brînză, 2 ouă, 1/4 l lapte, 1-2 linguri făină, sare, piper, pesmet.

Se curăţă cartofii, se spală, se taie în felii şi se prăjesc în ulei încins. Cartofii se prăjesc pe rînd, după care în uleiul rămas se prăjesc vinetele în prealabil curăţate, spălate, tăiate în felii şi trecute prin făină, apoi se pun pe un platou, iar în uleiul rămas sau în alt ulei curat se călesţe ceapa tăiată mărunt. După ce ceapa s-a călit puţin se adaugă roşiile opărite, curăţate de pieliţe şi de seminţe şi ardeii graşi tăiaţi, se potriveşte de sare şi de piper şi se mai lasă să se înăbuşe pînă scade apa pe care o lasă. Într-o tavă unsă cu ulei şi presărată cu pesmet se aşază alternativ un strat de felii de cartofi prăjiţi, apoi un strat cu vinete şi ceapă cu roşii, ultimul strat fiind de cartofi. Se introduce tava cu musaca în cuptor pînă se va rumeni puţin pe deasupra, după care se toarnă peste musaca o compoziţie pregătită din: ouă şi făină subţiate cu lapte, iar pe deasupra se presară cu brînză rasă sau cu caşcaval ras şi se mai ţine în cuptor pînă se vor rumeni şi acestea.

739. **Musaca de cartofi cu varză**

Se prepară la fel ca în reţeta anterioară, cu deosebirea că se înlocuieşte compoziţia de vinete şi ceapă cu varza murată pregătită în felul următor: varza murată se taie foarte subţire, se stoarce bine şi se înăbuşă într-o cratiţă cu ulei. Se acoperă cratiţa şi din cînd în cînd se amestecă varza pînă ce este gata. Într-o tavă unsă cu ulei şi presărată cu pesmet se pun alternativ straturi de cartofi şi de varză, continuîndu-se prepararea ca în reţeta anterioară.

740. **Mîncare de cartofi cu roşii**

Pentru 6 porţii: *800 g cartofi, 500 g roşii, 300 g ceapă, 150 ml ulei, 1 lingură de făină, 1 fir de cimbru, cîteva boabe de piper, sare.*

Se curăţă cartofii, se spală, se taie în felii şi se prăjesc în ulei pe rînd şi numai pînă se rumenesc puţin. În uleiul rămas se călesţe ceapa tăiată mărunt, se adaugă făina, cimbrul, piperul, sare, foaia de dafin, cartofii şi se stinge cu apă fierbinte cît să acopere totul. Se fierbe pînă ce cartofii sînt aproape gata, se adaugă roşiile curăţate de pieliţe şi tăiate în felii şi se mai fierbe 10—15 min sau se introduce vasul în cuptor pînă se va rumeni mîncarea. După preferinţă, se mai poate adăuga puţin usturoi pisat. Se serveşte presărată cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

741. **Mîncare de cartofi cu castraveţi muraţi**

1 kg cartofi, 200 g ceapă, 500 g castraveţi muraţi, 100 ml ulei, 50 g bulion, 2-3 roşii, 1-2 legături de mărar sau pătrunjel verde, piper.

Cartofii se curăţă de coajă, se spală, se taie în felii şi se prăjesc puţin în ulei încins. În uleiul rămas se călesţe ceapa tăiată mărunt, pînă se rumeneşte puţin. Se adaugă bulionul de roşii, se stinge cu apă caldă, se adaugă cartofii şi se fierbe totul. Cînd cartofii sînt gata se adaugă castraveţii în prealabil curăţaţi de coajă şi de seminţe şi fierţi separat pînă sînt gata (bine fierţi), apoi, dacă este nevoie, se adaugă sare (dacă castraveţii nu sînt prea săraţi, altfel apa în care au fiert trebuie aruncată). Se pun roşi-

ile deasupra mîncării care se lasă să mai fiarbă pe plită sau se introduce în cuptor și se ține pînă se rumenește puțin pe deasupra. La servire se presară deasupra cu mărar sau cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

742. **Pastă de cartofi cu măsline**

600-800 g cartofi, 200 g măsline, 100 ml ulei, 2-3 ouă fierte tari, 1 lămîie, 1 ceapă de apă mare, sare piper.

Se fierb cartofii cu cîteva ore înainte și se trec prin sită sau se rad pe răzătoare. Se pun într-un castron, se adaugă măslinele tocate foarte mărunt, la fel și ouăle fierte, ceapa și se amestecă turnînd cîte puțin ulei. Se potrivește de sare, piper, zeamă de lămîie și se așază pe un platou, dîndu-i-se o formă estetică și decorînd-o pe deasupra cu jumătăți de măsline si cu felioare de ouă fierte tari. Se consumă în ziua preparării.

743. **Pastă de cartofi picantă**

500 g cartofi, 2-3 ouă fierte tari, 150 ml ulei, 200 g ceapă, sare, piper, chimen pisat sau nucșoară rasă.

Cartofii se fierb cu puțină sare, după răcire se trec prin sită, la fel și ouăle fierte și se pun într-un castron. Între timp, ceapa se taie foarte mărunt și se prăjește în ulei pînă se va îngălbeni. Uleiul de la ceapa prăjită se scurge peste cartofi, se adaugă sare, piper pisat, chimen pisat sau nucșoară rasă și se amestecă bine. Pasta de cartofi se așază pe un platou, dîndu-i-se o formă estetică, după care se presară deasupra cu ceapă prăjită sau cu ouă fierte tari date prin răzătoare sau tocate mărunt. Se servește ca aperitiv cu castraveciori murați sau cu miez de varză murată.

744. **Ghiveci de cartofi**

500 g cartofi, 200 g morcovi, 300 g ceapă, 1 țelină, 2-3 ardei grași, 150 ml ulei, 2 legături de verdeață, 50 g bulion, 1 g boia, 1 g piper, sare.

Zarzavatul curățat și tăiat în bucăți se călește pe rînd în jumătate din ulei sau se prăjește împreună la cuptor și se amestecă din cînd în cînd. Separat, în restul de ulei se călește ușor ceapa tăiată mărunt, se adaugă bulionul, boiaua și se stinge cu apă caldă. Se adaugă apoi piperul boabe și se potrivește de sare. Se lasă să dea în fiert, apoi se introduce vasul cu ghiveci în cuptor, pînă ce se înmoaie zarzavatul și se rumenește pe deasupra.

Dacă zarzavatul s-a rumenit la suprafață, dar legumele nu sînt încă gata, se acoperă vasul cu o hîrtie unsă cu ulei, să nu se ardă ghiveciul. Se lasă apoi ghiveciul pe foc mic să scadă zeama. Se servește cald sau rece, presărat cu verdeață tăiată foarte mărunt.

745. **Tartă cu umplutură de cartofi și brînză**

Pentru cocă: *300 g făină, 100 g unt, 2 gălbenușuri, 2-3 linguri de smîntînă, 1 g bicarbonat, 5 g sare.*

Se prepară o cocă din componentele date. Se frămîntă ușor, numai cît să devină omogenă, apoi se lasă la rece 2—3 ore.

Pentru umplutură: *300 g cartofi, 50 g unt, 200 g brînză telemea, 30 g cașcaval sau brînză uscată.*

Cartofii fierți se trec împreună cu brînza prin sită sau prin mașina de tocat, se adaugă unt topit și se amestecă. Între timp, pe o planșetă presărată cu făină, se întinde coca într-o foaie groasă de 1/2 cm, din care se decupează rondele cu gura unui pahar mai mare cu care se căptușesc formele de tarte, apăsîndu-le bine și la urmă înțepîndu-le în două-trei locuri cu vîrful unui cuțit. Se introduc apoi în cuptor, pînă ce se coc pe jumătate, după care se scot și se umplu cu compoziția de cartofi, se presară cu cașcaval ras sau cu orice brînză și se introduc din nou în cuptor pînă ce se coc complet și se rumenesc pe deasupra. Apoi se răstoarnă pe un platou și se servesc calde.

746. **Tarte de cartofi dulci**

400 g cartofi, 300 g făină, 200 g zahăr pudră, 2 ouă, 100 g unt, coajă de lămîie rasă, 1/4 pachet praf de copt.

Se fierb cartofii în coajă cu cîteva ore înainte pentru a avea timp să se răcească, apoi se curăță și se trec prin sită sau se rad. Se freacă untul cu zahărul pudră și cu gălbenușurile, se adaugă cartofii, coaja de lămîie, puțină sare, praf de copt, albușurile bătute spumă și la urmă făina. Se amestecă toate împreună ușor și cît mai puțin și cu compoziția respectivă se umplu formele de tarte unse și presărate cu pesmet. Se coc pînă se rumenesc, după care se servesac calde sau reci, ca desert.

747. **Toci (papanași) din cartofi**

1 kg cartofi, 4 ouă, 100 g făină, 3 g bicarbonat, 50 g unt, sare, ulei pentru prăjit.

Cartofii cruzi se curăță, se rad pe răzătoarea deasă și se scurg bine de zeama (apa) pe care o lasă. Se adaugă apoi ouăle, untul topit, făina, sare și se amestecă totul. Din compoziția astfel preparată se ia cîte o lingură și se pune într-o tigaie cu ulei bine încins, prăjindu-se pe ambele părți. Se prăjesc pe rînd atîtea bucăți cîte intră în tigaie, apoi se pun în alt vas cu capac și se mai țin la cald 10—15 min.

Se servesc cu un sos oarecare sau cu smîntînă.

748. **Toci din cartofi la tavă**

Compoziția de toci la tavă se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că se mai adaugă 100—200 g ceapă călită în 100 ml ulei, apoi se pune într-o tavă unsă cu ulei și se coace la foc potrivit. Se servește cu iaurt sau cu smîntînă sau la ceai.

749. **Șnițel de cartofi și legume**

600 g cartofi, 100 g ceapă, 300 g legume de orice fel, 2 ouă, 1 legătură verdeață, 50 g făină, sare, piper, ulei pentru prăjit.
Pentru împănat: *50 g făină, 1-2 ouă, pesmet.*

Se fierb cartofii în coajă sau curățați, la fel și legumele (se pot întrebuința legume rămase de la fiertul unei supe). Cartofii se curăță, se dau prin mașina de tocat împreună cu legumele, se adaugă ouăle, verdeața tocată, sare, piper, făina și se amestecă, după care se împarte în bucăți, dîndu-li-se formă plată și ovală de șnițele. Acestea se tăvălesc în făină, se trec prin ou bătut și prin pesmet, după care se prăjesc pe ambele părți în ulei încins. Se servesc cu salată sau cu murături.

750. **Mămăligă din cartofi**

600 g cartofi, 200-300 g mălai (făină de porumb).

Se curăţă cartofii şi se fierb în apă cu sare pînă se terciuiesc, se presară cu mălai şi se mai fierb 5—6 min, după care se bat cu un tel şi se amestecă mereu pe foc pînă ce mămăliguţa se coace bine.

Se serveşte fierbinte, cu brînză şi unt, cu brînză de vaci cu smîntînă sau cu ouă preparate în diferite feluri.

751. **Cartofi copţi simpli**

1 1/2 kg cartofi, 50 ml ulei, sare.

Se aleg cartofi de aceeaşi mărime, se curăţă, se spală, se taie în două sau în patru, se sărează şi se pun într-o tavă. Se stropesc cu ulei, se amestecă şi se coc la cuptor pînă ce se rumenesc.

Se servesc calzi, cu salată verde sau cu murături.

10.2. PREPARATE DIN ARDEI

Ardeii graşi se folosesc în stare crudă sau preparaţi în diverse feluri (salate, mîncăruri) şi ca adaos la supe, ciorbe şi borşuri pentru a le conferi un gust mai bun. Ardeiul gras este foarte bogat în vitamină C şi de aceea se recomandă să se consumă în stare crudă sau cu diferite salate.

752. **Ardei graşi umpluţi cu orez**

Ardei graşi, 200 g orez, 100 g ceapă, 150 ml ulei, 50 g bulion de roşii sau 500 g roşii, verdeaţă, sare.

Ceapa se curăţă, se spală, se taie mărunt şi se pune la călit într-o cratiţă cu ulei; cînd se îngălbeneşte, se adaugă orezul ales, spălat şi scurs de apă, lăsîndu-se să se prăjească puţin. Se stinge cu jumătate din bulionul de roşii şi cu apă fierbinte în cantitate de două ori mai mare decît orezul; se amestecă, se adaugă sare şi după ce a dat în fiert se ţine acoperit cu un capac pe foc moale sau se introduce în cuptor unde se lasă 20 min. Se aleg ardei graşi, li se taie cîte un căpăcel în partea dinspre coadă, se spală, se curăţă bine de seminţe şi fiecare se crestează la capăt sau se taie puţin la vîrf (ca să pătrundă fierberea prin umplutură). Se umplu ardeii cu orezul potrivit de sare, eventual de piper şi se mai adaugă verdeaţă (mărar şi pătrunjel proaspăt tăiate mărunt). Se ung ardeii cu ulei, se aşază într-o tavă unsă cu ulei şi printre ei se pun roşiile (dacă sînt mici se pun întregi, dacă nu, tăiate în bucăţi), după care se introduc în cuptor. Cînd încep să se rumenească se adaugă sosul preparat din restul de bulion sau cu suc de roşii amestecat cu o lingură de făină şi subţiat cu apă caldă, apoi se lasă să fiarbă la foc moale circa 45 min.

Se servesc reci, însă se pot servi şi calzi cu smîntînă. (Ardeii pentru umplut se pot opări cu apă fiartă).

753. **Ardei graşi umpluţi cu ciuperci**

Se prepară la fel ca în reţeta anterioară, dar în orez se mai adaugă ciupercile înăbuşite separat, apoi se amestecă împreună şi se umplu ardeii. (Se pot folosi 200—300 g ciuperci proaspete sau 50 g ciuperci uscate).

754. **Mîncare de ardei graşi**

10–15 ardei cărnoşi, 100 g ceapă, 400 g cartofi sau 100 g orez, ulei, cîteva roşii coapte bine, 2 legături de verdeaţă (mărar şi pătrunjel).

Se spală ardeii şi se taie în bucăţi, la fel şi cartofii. Ceapa se taie mărunt şi se călesţe cu ulei; cînd începe să capete culoare aurie, se adaugă ardeii şi cartofii, se amestecă şi se înăbuşă 10—15 min. Se adaugă roşiile curăţate de pieliţă şi de seminţe, se stinge cu puţină apă caldă şi se potriveşte de sare. Se adaugă verdeaţa tăiată mărunt şi se fierbe la foc moale pînă ce cartofii sînt gata. (În loc de cartofi se pot adăuga 100—200 g de orez).

10.3. PREPARATE DIN ANGHINARE

Anghinarea se foloseşte tînără, înainte de deschiderea completă a bobocilor florali. Aceşti boboci se curăţă de primele frunze mărginaşe, apoi se tund la vîrf şi se scobesc la mijloc, curăţind tot puful pînă la fund. Se spală în apă rece, se şterg, după care se freacă cu lămîie ca să nu se înnegrească sau, după primul spălat, se mai clătesc cu apă rece acrită cu zeamă de lămîie. Anghinarea, fiartă în puţină apă clocotită cu sare, se serveşte caldă cu unt sau rece cu sos de ulei şi lămîie.

755. **Anghinare umplută**

Pentru 6 porţii: *6–11 boboci de anghinare, 1 lămîie, 300 g ciuperci, 1 ceapă, 100 ml ulei, 30 g caşcaval, sare, piper şi 1 legătură de pătrunjel verde.*

Se curăţă anghinarea la fel cum s-a arătat la cap. 10.3. Se spală şi se freacă cu lămîie ca să nu se înnegrească. Între timp, se curăţă ciupercile, se spală şi se toacă mărunt, la fel şi ceapa. Întîi se pune ceapa la călit într-o tigaie cu ulei, apoi se adaugă ciupercile şi se călesc 10—15 min, după care se adaugă pătrunjel tăiat mărunt şi se potriveşte de sare şi de piper. Cu această compoziţie se umplu bobocii de anghinare (scobiţi şi tăiaţi dedesubt ca să stea ca o ceaşcă), apoi se aşază într-o tavă unsă, se presară cu caşcaval ras peste umplutură şi se introduce în cuptor cu foc potrivit, adăugînd în tavă puţină apă clocotită. Se ţine la cuptor 30—40 min.

Se mai poate umple şi cu brînză.

756. **Anghinare înăbuşită**

Se curăţă anghinarea la fel cum s-a arătat la cap. 10.3, se opăreşte cu apă clocotită, se scurge, după care se înăbuşă într-o cratiţă cu unt. La urmă se adaugă sare şi zeamă de lămîie.

757. **Salată de anghinare**

12 anghinare mici, tinere, 1 lămîie, 50 ml ulei, 1 legătură de pătrunjel verde, sare, piper.

Se curăţă anghinarea de frunze pe dinafară, se scobeşte, se spală şi imediat se freacă cu lămîie ca să nu se înnegrească, apoi se taie în patru şi se pune la fiert în puţină apă cu sare şi cu restul de lămîie. Se fierbe

30—40 min, se scurge, se răcește și se drege ca orice fel de salată. De reținut faptul că anghinarea trebuie consumată îndată ce este gata sau cel mult se poate păstra cîteva ore.

10.4. PREPARATE DIN ANDIVE

Andivele sînt mugurii unei specii de cicoare cultivată special în pivnițe întunecoase. Ele se taie de la rădăcină pînă ce mugurii nu dau în lăstari. Se folosesc mai mult pentru salate (v. rețeta 104).

758. **Andive la cuptor**

600 g andive, 100 g unt, 100 g smîntînă, 1 lingură de făină, 2 ouă, sare.

Se curăță andivele de petale, se spală în mai multe ape și se pun la fiert cu puțină apă clocotită și puțină sare. Se fierb 10—15 min, se scurg și se așază într-o cratiță unsă cu unt care rezistă la cuptor și peste ele se toarnă smîntînă amestecată cu o lingură de făină și 2 ouă. Se presară cu cașcaval ras și se introduc în cuptor să se rumenească. Se servesc imediat după ce s-au scos din cuptor, stropite cu unt topit proaspăt.

759. **Andive înăbușite**

600 g andive, 100 g unt, 1 lămîie, sare.

Se pregătesc la fel ca în rețeta anterioară. Cînd sînt fierte se scurg de apă, se adaugă untul, zeama de lămîie, sare, după gust, și se înăbușă 10 min. Se servesc cu cașcaval ras deasupra.

10.5. PREPARATE DIN DOVLECEI

760. **Dovlecei cu unt**

Pentru 6 porții: *1-2 kg dovlecei, 120 g unt, 1 legătură de pătrunjel, sare.*

Se curăță dovleceii de coajă, se spală, se taie în bucăți și se pun la fiert în apă clocotită cu sare. După ce au fiert se scot într-o cratiță cu unt înfierbîntat și se înăbușă pe foc 5—10 min, după care se presară cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

761. **Dovlecei cu unt și smîntînă**

1-2 kg dovlecei, 50 g unt, 150 g smîntînă, sare.

Se prepară ca în rețeta anterioară, dar se înăbușă cu unt mai puțin și se adaugă smîntînă.

762. **Dovlecei cu unt, smîntînă și cașcaval**

1-2 kg dovlecei, 150 g unt, 100 g smîntînă, 2 ouă, 100 g cașcaval ras, 1 lingură de făină, sare.

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, dar după ce dovleceii sînt fierți se așază într-o tavă potrivit de mare, bine unsă cu unt, apoi deasupra

se toarnă smîntîna amestecată cu o lingură de făină, ouă și puțină sare. Se presară cu cașcaval ras, se stropește pe deasupra cu restul de unt și se introduce tava în cuptor. Se lasă la foc potrivit pînă se rumenește compoziția pe deasupra. Se servesc fierbinți.

763. **Dovlecei prăjiți**

6 dovlecei, ulei pentru prăjit, 100 g făină, 1/2 pahar lapte, sare.

Dovlecii se rad de coajă, se taie felii în lung, se sărează și se țin 20—30 min, apoi se șterg cu un șervet, se dau prin făină, prin lapte și iar prin făină, după care se prăjesc în ulei bine încălzit. Se rumenesc pe ambele părți.

764. **Dovlecei prăjiți-pane în făină**

6 dovlecei tineri, 2-3 ouă, făină și ulei pentru prăjit, sare, 50 g unt.

Se aleg dovlecei tineri, cu sămînță mică. Se taie în lung în felii subțiri (dacă feliile sînt prea groase, la prăjit rămîn crude la mijloc). Dovleceii se pregătesc cu 2—3 ore înainte, ca să fie întîi bine înmuiați și apoi bine zvîntați.

Dovleceii rași de coajă și tăiați în felii subțiri se opăresc cu apă fierbinte și imediat se dau prin apă rece și se lasă la scurs. Apoi, cu un șervet se șterge fiecare felie separat, după care se dau prin făină, prin ouă bătute și iar prin făină și se pun la prăjit în ulei încins potrivit (dacă uleiul este prea încins, se trage tigaia pe foc mai slab, altfel feliile de dovlecei se vor pîrli și vor rămîne crude la mijloc), rumenindu-se pe ambele părți. După ce s-au prăjit, pe rînd, se așază într-o tăviță încălzită și se țin la cuptor cu ușa deschisă pînă la servire. Se servesc calzi, stropiți cu unt pe deasupra.

765. **Dovlecei prăjiți-pane în cașcaval**

Componentele și pregătirea sînt la fel ca în rețeta anterioară, cu deosebirea că în făina în care tăvălim feliile de dovlecei se adaugă cașcaval ras. După plac, se pot servi la masă cu smîntînă puțin acrișoară.

766. **Dovlecei prăjiți-pane în pesmet**

6 dovlecei tineri, 2-3 ouă, 50 g făină, 100 g pesmet, 50 g unt, ulei pentru prăjit, sare.

Se pregătesc ca în rețeta 764, dar înainte de prăjire se dau și prin pesmet fin (cernut). La servire se stropesc cu unt topit.

767. **Dovlecei gratinați**

1 kg dovlecei, 100 g făină, 100 g unt, 100 g cașcaval, 4 ouă, 400 ml lapte, sare, piper, 1 lingură de pesmet.

Se aleg dovlecei tineri, se rad, se spală, se taie în două pe lungime și se pun într-o tavă cu apă clocotită cu sare. Se acoperă și se lasă să fiarbă pînă sînt aproape gata. Se scot din tavă și se pun să se scurgă de apă apoi se scobesc cu grijă să nu se strice pereții. Se așază într-o tavă unsă și se umplu cu următoarea compoziție: miezul de la dovlecei se scurge

bine de apă într-un tifon, se pune apoi într-o crăticioară cu o parte din unt și se înăbușă. Cu restul de unt, lapte și făină se prepară un sos gros (v. rețeta „Sos alb"), în care se pune miezul de dovlecei înăbușit și bine zdrobit pînă este ca un piure și se fierbe totul pînă se îngroașă. Sosul îngroșat se ia de pe foc, se lasă puțin să se răcească, după care se adaugă unul cîte unul ouăle, cașcavalul ras, sare, piper, se amestecă și cu această compoziție se umplu jumătățile de dovlecei. Se presară deasupra cu caș-caval ras, se așază într-o tavă unsă și se introduc în cuptor pînă se rumenesc.

768. **Dovlecei în floare cu mărar**

1 kg dovlecei mici (în floare), 80 ml ulei, 2 legături de mărar, 1 lămîie, piper, sare.

Se rade cît mai puțin coaja dovleceilor, se taie codițele, se spală și se usucă într-un șervet. Se lasă să se înfierbînte uleiul într-o tigaie și se pun dovleceii la înăbușit, întorcîndu-se pe toate părțile pînă se rumenesc. Se toarnă apoi apă caldă (abia cît să fie acoperiți), se adaugă sare, piper și se fierb acoperiți pînă sînt gata. Se adaugă mărar tăiat mărunt și se potrivesc de sare și de zeamă de lămîie. Se servesc reci.

769. **Dovlecei cu mărar și smîntînă**

Se pregătesc la fel ca în rețeta anterioară, dar în loc de ulei se folosește unt și la urmă se adaugă smîntînă și se servesc calzi.

770. **Iahnie de dovlecei**

5-6 dovlecei, 300 g ceapă, 100 ml ulei, 50 g bulion de roșii, 1-2 legături de verdeață, piper, 1 foaie de dafin, 1 fir de cimbru, sare.

Dovleceii rași se taie în două sau în patru dacă sînt mici, iar dacă sînt mai mari se taie în bucăți. Se spală, se zvîntă într-un șervet și apoi se călesc pe rînd în ulei bine încălzit. După ce s-au rumenit puțin se scot într-o crăticioară. În uleiul rămas (dacă nu s-a înnegrit) se prăjește ceapa tăiată mărunt și cînd a început să se rumenească se adaugă bulionul de roșii și se stinge cu apă caldă, apoi se adaugă dovleceii, verdeața tăiată mărunt, sare, piper, foaia de dafin, cimbrul și se lasă să fiarbă 5—6 min. La urmă se poate adăuga puțin usturoi. Mîncarea trebuie să fie scăzută. Se poate servi caldă sau rece. (Uleiul, în care se repetă pe rînd prăjirea legumelor, se înnegrește și atunci trebuie vărsat în alt vas, unde se lasă să se așeze, după care se scurge înapoi în tigaie, însă tigaia trebuie bine spălată și ștearsă cu un prosop, iar uleiul se scurge cu grijă, ca să nu se ridice reziduurile care s-au lăsat la fund).

771. **Pilaf de dovlecei**

Pentru 6 porții: *1 kg dovlecei, 100 g ceapă, 300-400 g orez, 150 ml ulei sau unt, 1 legătură de mărar, sare, piper.*

Dacă dovleceii sînt mai maturi se rad de coajă și se curăță de semințe. Se taie în cuburi sau în pătrățele mici și se călesc pe rînd în ulei înfierbîntat, punîndu-se apoi în alt vas. După ce s-a strecurat uleiul într-o tigaie curată, se pune la călit ceapa tăiată mărunt, iar cînd s-a rumenit se adaugă orezul spălat și bine scurs, călindu-se împreună 5—6 min, după

care se stinge cu supă de legume sau cu apă clocotită, socotindu-se la o parte de orez 3 părți lichid. Se adaugă dovleceii, mărarul tocat, sare și piper, se amestecă și se introduce în cuptor la foc mic, pe un grătar sau pe o cărămidă, ținîndu-se 20—30 min cu ușa deschisă. Se servește cu unt cald sau cu caşcaval ras presărat deasupra pilafului.

772. **Dovlecei cu orez**

6 dovlecei, 300 g orez, 150 g ceapă, 200 ml ulei, 1/2 kg roșii, 30 g bulion de roșii, sare, piper, 100 g unt.

Dovleceii se rad de coajă, se taie felii în lung, se sărează, se lasă 20—30 min, după care se șterg cu un șervet, se dau prin făină și se prăjesc în ulei bine încălzit pînă se rumenesc puțin. Separat se prepară orezul astfel: ceapa tăiată mărunt se pune la călit într-o cratiță cu unt încălzit (sau cu ulei), se adaugă orezul bine spălat și scurs de apă, călindu-se împreună 5—10 min și în tot acest timp amestecîndu-se cu o lingură de lemn. Apoi se stinge cu apă fiartă și cu 30 g bulion de roșii, apa pentru stins socotindu-se 3 părți la o parte orez. Se adaugă puțină sare, piper, se amestecă și se introduce în cuptor la foc mic. Cînd este gata se așază alternativ, într-o tavă unsă, un strat de orez apoi un strat de dovlecei, ultimul strat trebuind să fie de dovlecei și deasupra se pun roșiile curățate de pieliță. Se stropesc roșiile cu unt sau cu ulei și se introduce totul la cuptor pînă se rumenesc puțin roșiile.

773. **Dovlecei umpluți cu orez**

6 dovlecei, 100 g orez, 100 g ceapă, 30 g bulion de roșii, 100 ml ulei, sare, piper, 1 legătură de mărar.

După ce se rad de coajă, dovleceii se taie cîte puțin la amîndouă capetele, sau dacă sînt lungi se taie în două transversal și se scobesc cu grijă de miez să nu se strice pereții. Se umplu apoi cu următoarea compoziție: ceapa tăiată mărunt se călește cu o parte din ulei, se adaugă orezul spălat și curățat, miezul de la dovlecei (dacă nu are semințe mari), călindu-se împreună 10—20 min. În tot timpul călirii se amestecă cu o lingură de lemn. Se stinge cu 3 părți de apă clocotită, la o parte de orez. Se adaugă mărar, sare, piper, se amestecă, se introduce în cuptor la foc mic și se ține 20—25 min, pînă se umflă bine orezul, apoi se răstoarnă pe o tavă ca să se răcească. Cu compoziția respectivă se umplu dovleceii, care se așază într-o tavă unsă bine cu ulei și se introduc în cuptor unde se țin pînă încep să se rumenească. Între timp, se întorc ca să se rumenească pe toate părțile și la nevoie se mai adaugă puțin ulei. După ce dovleceii s-au rumenit, se toarnă peste ei sos de roșii sau sos alb (v. rețeta 174) și se mai fierb împreună cu sosul 20—30 min.

774. **Chifteluțe din dovlecei I**

1 kg dovlecei, 2-3 ouă, 1-2 legături de mărar sau pătrunjel verde, sare, piper, făină și ulei pentru prăjit.

Se rad dovleceii de coajă, se spală, se taie în bucăți și se pun la fiert într-o oală cu apă și sare. După ce s-au fiert se răstoarnă pe o strecurătoare, se scurg bine, se pun într-un castron și se terciuiesc. Peste dovlecei se adaugă ouăle, făina, sare și piper, după gust, pătrunjel sau mărar tăiate mărunt, și se amestecă pînă se formează o compoziție omogenă. Din

aceasta se ia cîte o lingură, se formează cu mîna chifteluțe, care se dau prin făină și se pun pe rînd la prăjit într-o tigaie cu ulei bine încălzit. Se rumenesc pe ambele părți.

775. **Chifteluțe din dovlecei cruzi II**

1 kg dovlecei, 2-3 ouă, 1/2 pahar lapte, 100 g caşcaval, făină, sare, piper și ulei pentru prăjit.

Se rad dovleceii de coajă, se curăță de semințe și se dau pe răzătoarea mare. Se sărează puțin și peste 10—20 min se scurg bine de zeama lăsată. Se adaugă făină (potrivit), ouăle, se potrivește de sare și de piper, se amestecă, se ia cîte o lingură din compoziția obținută și se formează chiftele cu mîna, care se dau prin făină și se pun pe rînd la prăjit, într-o tigaie cu ulei încins, prăjindu-se pe ambele părți.

776. **Mîncare de dovlecei**

6 dovlecei (1 kg), 100 g ceapă, 1 legătură de mărar, 120 ml ulei, 50 g bulion de roșii sau cîteva roșii, 1 căpățînă de usturoi, sare, piper, făină.

Se rad dovleceii de coajă, se taie în cuburi mici, se trec prin făină și se prăjesc pe rînd în ulei bine încălzit, după care se scot în alt vas. Uleiul rămas se scurge în alt vas, iar tigaia se spală și se toarnă în ea din nou uleiul strecurat de reziduurile arse punîndu-se ceapa la călit, tăiată, în prealabil, mărunt. După ce s-a prăjit puțin se adaugă bulionul de roșii, dovleceii prăjiți, usturoiul tocat mărunt și se stinge cu apă caldă, atît cît să acopere conținutul. Se potrivește de sare și de piper și se lasă să dea în fiert 5—6 min, după care mîncarea se introduce în cuptor și se lasă să fiarbă pînă scade și se rumenește deasupra. Cînd este gata se presară deasupra cu mărar tocat mărunt.

În mîncarea de dovlecei se mai pot adăuga ardei grași și cîteva roșii tăiate în bucăți și puse deasupra înainte de a se introduce în cuptor.

10.6. PREPARATE DIN BAME

777. **Bame cu roșii**

Pentru 6 porții: *600-800 g bame, 1 kg roșii, 200 g ceapă, 100 ml ulei, 1 legătură de mărar, usturoi, sare și piper, după gust.*

Se spală bine bamele, li se taie codițele fără să se ajungă la partea cu semințe, se opăresc cu borș clocotit sau cu oțet îndoit cu apă clocotită, după care se scurg și imediat se clătesc cu apă rece, lăsîndu-se apoi să se scurgă de apă.

Separat, într-o tigaie se înfierbîntă o parte din ulei, în care se pun bamele la călit pentru numai 2—3 min, altfel plesnesc. În restul de ulei se prăjește ceapa tăiată mărunt, se adaugă roșiile spălate, curățate de pieliță și tăiate, se călesc împreună 5—6 min, după care se stinge cu apă clocotită (cît trebuie) și apoi se adaugă bamele. Se potrivește de sare, se adaugă mărarul tăiat mărunt, piper și zeamă de lămîie, după gust, și se mai lasă să fiarbă 10 min sau se țin la cuptor pînă sînt gata bamele. Se servesc calde sau reci.

10.7. PREPARATE DIN CONOPIDA

778. **Conopidă cu unt sote**

1 kg conopidă, 100 g unt, sare.

Se taie conopida de pe cocean, se curăţă de frunzele verzi, se spală şi se pune la fiert în apă clocotită cu sare. Se fierbe lent 20—30 min. Se încearcă cu o scobitoare; dacă intră uşor scobitoarea, conopida este fiartă. Dacă fierbe mai mult, conopida se sfărîmă şi pierde din aspect.

Pînă la servire, conopida se ţine în apa în care a fost fiartă. În momentul servirii se scoate şi se aşază pe o strecurătoare. După ce s-a scurs se serveşte la masă cu unt proaspăt topit. De asemenea, se poate pune într-o tigaie cu unt şi se lasă pe foc domol pînă ce se rumeneşte puţin. Se serveşte fierbinte.

779. **Conopidă cu unt şi caşcaval**

Se prepară ca în reţeta anterioară, iar la servire se presară deasupra cu caşcaval ras.

780. **Conopidă cu smîntînă**

Se prepară la fel ca în reţeta 778 şi după ce este gata se serveşte cu smîntînă groasă sau cu sos de smîntînă.

781. **Conopidă pane**

1 kg conopidă, 2-3 ouă, 50 g unt, 100 g pesmet, 100 g făină, sare, piper, ulei pentru prăjit.

Conopida fiartă şi răcită se fragmentează, bucăţile modelîndu-se cu mîna în forma de pîrjoale care se dau prin făină, ou bătut şi pesmet şi se prăjesc pe ambele părţi. Se serveşte cu unt topit pus deasupra.

782. **Conopidă cu unt şi pesmet (conopidă poloneză)**

1 kg conopidă, 150 g unt, 100 g pesmet, sare.

Conopida, curăţată de frunze şi de cotor, se spală bine şi se pune la fiert cu apă şi sare. Se fierbe 20—30 min, după care se încearcă cu o scobitoare, nelăsînd să fiarbă pînă se sfărîmă. Se scoate pe o strecurătoare şi după ce s-a scurs bine se aşază pe un platou rotund bine încălzit. Se pune din timp untul în tigaie şi cînd s-a încălzit bine se toarnă pesmetul şi se prăjeşte 5—6 min, după care se răstoarnă peste conopidă şi se serveşte.

783. **Conopidă gratinată**

1 kg conopidă, 150 g unt, 100 g făină, 1/4 l lapte, 2-3 ouă, 60 g caşcaval, sare.

Fierberea conopidei se face ca în reţeta anterioară. Între timp, se pune untul (100 g) într-o crăticioară, se încălzeşte, se adaugă făina şi se călesţe 5—6 min, după care se stinge cu lapte călduţ şi se amestecă bine pînă se îngroaşă. Conopida fiartă se aşază într-un vas care rezistă la cup-

tor, uns cu unt și deasupra se toarnă sosul; se presară cu cașcaval ras și restul de unt topit și se introduce în cuptor pînă se gratinează. Se servește caldă, din vasul în care s-a copt.

784. **Frigănele de conopidă**

1 kg conopidă, ulei pentru prăjit.

Pentru coca de frigănele: *200 g făină, 10 g drojdie, 50 g unt sau ulei, 2-3 ouă, 1/4 l lapte sau apă; sare.*

Se pune făina într-un castron, se adaugă drojdia desfăcută cu lapte călduț sau cu apă, untul sau uleiul, puțină sare și gălbenușurile. Se amestecă și dacă mai trebuie se adaugă lichid sau făină, astfel ca să se obțină o cocă nici tare nici moale, doar puțin mai consistentă decît coca de clătite, după care se lasă acoperită, la un loc cald, ca să crească 1 1/2 oră. Între timp, se pune la fiert în apă cu puțină sare conopida desfăcută în bucheţele sau în bucăți egale. Se fierbe atît cît să nu se zdrobească, apoi se scoate și se pune pe o strecurătoare să se scurgă de apă. Înainte de servire se pune într-o tigaie uleiul la încins, apoi se pun bucățile de conopidă date prin coca la care s-au adăugat la urmă albușurile bătute spumă. Se prăjesc pe foc domol, ca să nu se rumenească brusc. Se servesc calde.

785. **Conopidă cu ciuperci**

1 kg conopidă, 200 g ciuperci, 100 g unt, 60 g făină, 1/2 l lapte.

Conopida se rupe în bucățele, se spală bine și se fierbe în apă cu sare. Ciupercile se curăță, se spală, se taie în felii și se călesc 10—15 min cu unt, după care se presară cu făină și se sting cu lapte. După ce au dat în fiert se adaugă conopida fiartă, se potrivește de sare și se mai lasă să fiarbă împreună 5—10 min. Dacă mîncarea este prea scăzută se adaugă cît este nevoie din zeama în care s-a fiert conopida.

786. **Conopidă cu ciuperci și maioneză**

1 conopidă albă, frumoasă, 300-400 g ciuperci proaspete, 300 g maioneză, 1 lămîie, sare, piper.

Se curăță conopida, se spală și se pune la fiert în apă cu sare. După ce a fiert se desparte în bucheţele și se lasă la scurs. Între timp, se curăță și se spală ciupercile în mai multe ape, se taie în felii și se pun la fiert cu puțină apă, sare și cu o lingură de zeamă de lămîie. Se fierb 30—40 min, după care se scurg de zeamă (care se poate folosi la alte mîncăruri). Se prepară o maioneză din 2 gălbenușuri și 300 ml de ulei, apoi se adaugă ciupercile, conopida, sare, piper, zeamă de lămîie, după gust. Se servește ca aperitiv.

787. **Piure de conopidă**

1 kg conopidă, 200 g cartofi, 100 g unt, 1/4 l lapte, sare.

Conopida și cartofii se curăță, se spală, se taie în bucăți și se pun la fiert într-o oală cu apă și sare. Cînd au dat în fiert, se micșorează focul și se fierb pînă cînd sînt gata, apoi se scurg și se sfărîmă cu un tel, după care se adaugă untul, laptele cald și sare, după gust.

788. **Mîncare de conopidă**

1 kg conopidă, 200 g ceapă, 1 căpăţînă mică de usturoi, 30 g bulion de roşii, 100 ml ulei, sare.

Se curăţă conopida, se spală, se desface în bucheţele şi se pune la fiert sau se călește în ulei înfierbîntat. După ce s-a prăjit puţin se scoate în alt vas, iar în uleiul rămas se prăjește ceapa tăiată mărunt pînă se îngălbeneşte puţin. Se adaugă bulionul şi se stinge cu zeamă în care a fiert conopida, după care se adaugă usturoiul tocat mărunt, bucheţelele de conopidă, sare şi piper după gust. Se mai lasă să dea în cîteva clocote, după care se introduce vasul cu mîncare în cuptor, unde se mai lasă 10 min. În mîncare se mai pot adăuga pătrunjel verde tăiat mărunt şi cîteva roşii curăţate de pieliţă şi tăiate în felii, puse pe deasupra mîncării. înainte de a se introduce în cuptor.

10.8. PREPARATE DIN CIUPERCI

Ciupercile constituie o materie primă valoroasă pentru marea masă a consumatorilor în general şi a celor vegetarieni în special, ele formînd pe drept cuvînt aşa-numita *carne vegetală.* În ciuda unui procent ridicat de apă (80—90%), ele prezintă o sursă valoroasă de substanţe nutritive, în special proteină vegetală, glucoză, cantităţi mici de amidon şi glicogen, unele elemente ca potasiu, fosfor, fier, magneziu şi unele vitamine (B_2, B_1, PP). În afară de reala lor valoare nutritivă, ciupercile sînt apreciate şi datorită calităţii lor gustative şi posibilităţilor de a le utiliza într-o mulţime de preparate culinare. Ele se folosesc, de asemenea, la unele preparate culinare, drept condiment.

Mai gustoase şi mai aromate sînt ciupercile tinere, tari şi proaspăt culese. Cele bătrîne sau veştejite sînt fibroase, tari şi se digeră mai greu. Este neindicată consumarea preparatelor de ciuperci de către persoanele care suferă de gastrită, ulcere, enterocolite acute sau cronice. Unele ciuperci se curăţă de pieliţă, ca cele de seră, mînătărcile şi răşcovii, iar altele este suficient să fie spălate de ţărînă; cele veştejite sau cu viermi se aruncă. După ce se curăţă şi se spală bine şi repede (ca să nu absoarbă apă multă) în mai multe ape reci, pălărioarele se pun cu lamelele în jos ca să se scurgă şi dacă nu se gătesc imediat se pun în apă rece acidulată cu oţet sau cu sare de lămîie, sau nu se curăţă decît în momentul în care se prepară. Ciupercile nu se păstrează decît o zi sau două şi la temperatură cuprinsă între 0 şi 2°C; la temperatură mai scăzută ele se înnegresc.

De menţionat este faptul că nu se culeg ciuperci de pe cîmp sau din pădure dacă nu se cunosc bine, identificîndu-se cu precizie cele comestibile şi cele otrăvitoare, care pot da mari riscuri de intoxicare.

Simptomele intoxicaţiilor cu ciuperci sînt în funcţie de genul ciupercilor consumate, după cum urmează:

1) În cazul consumului de ciuperci din genul *Amanita phalloides* (Buretele viperei), *Amanita verna* (Buretele primăvăratic), *Amanita virosa* (Buretele tomnatic) şi *Amanita citrina* (Buretele de lămîie), intoxicaţia este provocată de acţiunea alcaloizilor falină, amanitină, faloidină şi se manifestă prin senzaţie de sete arzătoare, arsuri stomacale, rău nedefinit, răcirea extremităţilor, dilatarea pupilelor, paloarea feţei, contractări şi convulsii, hemoragii, vomă repetată, diaree violentă, simptomele apărînd abia după 10—12 ore, sau chiar mai tîrziu, de la ingerarea ciupercilor, fapt ce permite pătrunderea toxinelor în sînge şi îngreuiază salvarea.

2) În cazul consumului ciupercilor din genul *Amanita pantherina* (Buretele panterei sau Buretele pestriț), intoxicația se manifestă prin senzație de sete intensă, greață, vomă repetată, colici violente, diaree continuă, secreții salivare, sudorale și nazale abundente, apariția halucinațiilor și a stării de delir. Simptomele apar la circa 5 ore după consumul ciupercilor.

3) În cazul consumului de ciuperci de genul *Amanita muscaria* (Muscăriță sau Pălăria șarpelui) și *Inocybe,* intoxicația se manifestă cu simptome asemănătoare cazului precedent dar mai puțin violente și grave, nefiind mortale. Ele apar la 1—3 ore după ingerare, durata intoxicației putînd fi de 2—3 zile.

4) Consumul ciupercilor din genul *Panacolus* provoacă intoxicații cu simptome caracteristice: stare de beție, tremurături, uneori halucinații, stare de amnezie momentană. Acestea durează cîteva zile, fără a lăsa însă urme de durată.

5) Consumul de ciuperci din genul *Tricholoma tigrinum,* provoacă intoxicații care apar la 2—3 ore după ingerare și pot dura pînă la 6 zile, acestea manifestîndu-se prin rău general, grețuri, vomă, arsuri stomacale, senzație de sete, diaree.

6) Consumul multor specii de ciuperci otrăvitoare, dar și de ciuperci comestibile ingerate după învechire, provoacă tulburări gastrointestinale cu simptome de rău general, grețuri, vomă, colici stomacale violente, diaree, frisoane etc.

Măsuri ce trebuie luate în cazul unei eventuale intoxicații cu ciuperci. Recomandări după *Mitrița Bahrim,* cercetătoare-biolog (în lucrarea *Ciupercile în industria alimentară și în arta culinară,* Editura Tehnică, București, 1979).

În cazul intoxicațiilor cu ciuperci, dacă primul ajutor este prompt și bine condus, chiar cei intoxicați cu speciile cele mai periculoase pot fi salvați. De obicei, la orice intoxicații și mai ales la intoxicațiile cu ciuperci, bolnavul vomită de la sine, așa că administrarea unui vomitiv, cîteodată poate fi chiar dăunătoare, sensibilizînd și mai mult mucoasa stomacală.

În cazul intoxicației cu unele ciuperci: *Pălăria șarpelui-Muscariță, Buretele pestriț* sau *Buretele panterei, Buretele viperei,* dacă lipsește asistența unui medic, se dau bolnavului vomitive pentru golirea stomacului de toxine. Împreună cu vomitivele se dau cantități mari de apă, ceai și lapte cald. Vomitarea mai poate fi provocată dîndu-i-se bolnavului emetic (de la farmacie) 100—150 g într-un pahar cu apă, sau bolnavul trebuie să bea cu înghițituri repetate apă rece sărată.

De asemenea, se recomandă cafea și ceai, care au o acțiune stimulentă asupra organismului, combătînd somnolența.

Nu i se va da bolnavului să consume băuturi alcoolice. La intoxicația muscariniană, tratamentul se rezumă la purgative și calmante.

În cazul intoxicației cu cele mai periculoase ciuperci *(Buretele viperei, Buretele primăvăratic, Buretele tomnatic* și așa-zisul *Burete de lămîie),* simptomele apărînd tîrziu, abia după 12 ore, stomacul în acest timp, în mod normal, nu mai conține nimic, deoarece substanțele ingerate au trecut în intestin. De aceea, vomitările ce s-ar produce sînt dăunătoare, căci ele nu contribuie decît la iritarea stomacului, mărirea durerilor și la obosirea bolnavului. În cazul intoxicației cu aceste specii, denumită și *intoxicație de tip phalloidian,* trebuie chemat imediat medicul, acesta făcîndu-i bolnavului injecții intravenoase cu un litru de ser fiziologic, pentru a dilua toxinele intrate în sînge. Acestea se elimină apoi prin urină. Se fac frecții cu alcool camforat sau oțet. De asemenea, se dă bolnavului să in-

spire oțet, eter sau amoniac și se fac frecții cu una din aceste substanțe. Calmantele recomandate sînt: bromură de potasiu sau de sodiu, iar depresiunea și somnolența se vor trata cu cafea sau ceai și apoi cu eter (4—5 picături la 100 ml apă). Niciodată nu se vor administra băuturi alcoolice.

Purgativele sînt indispensabile în cazul intoxicației cu ciuperci, căci o parte din toxine se găsesc în intestine. Vor fi preferate purgativele saline ce produc o diluare a lichidului din intestin și ușurează eliminarea înceată a toxinei.

Pentru bolnavul adult, doza de purgative saline este de 40—50 g sulfat de sodiu sau sulfat de magneziu, dizolvat în 250 ml de apă. După o oră se dă bolnavului un ceai diuretic în cantitate de cel puțin 1/2 l (acest ceai este format dintr-o fiertură de limba mielului sau de pir). Pentru a mări acțiunea diuretică a decoctului, se adaugă, la cantitatea de 1/2 l, 2 g acetat de amoniu sau chiar bicarbonat de sodiu, cozi de cireșe și mătase de porumb.

Dacă bolnavul are dureri mari de stomac, se dă ca purgativ (pentru adult) 30 ml ulei de ricin, apoi se vor face, de către medicul chemat, spălături stomacale uleioase, la care se vor adăuga 20 picături de tinctură de opiu, iar pe abdomen se vor pune comprese cu acest lichid calmant. Pentru eliminarea rapidă a toxinei din organism, bolnavul trebuie să urineze mult și des; pentru aceasta, pe lîngă ceaiurile diuretice amintite, i se mai dă să bea și o cantitate mare de lapte.

Toate aceste îngrijiri, în afară de spălăturile stomacale sau injecții, pot fi făcute de cei din familie, pînă la sosirea medicului. Vor fi aplicate imediat și cu perseverență toate mijloacele posibile, pentru eliminarea toxinelor din corp.

789. **Ciuperci la tigaie**

Pentru 6 porții: *12 ciuperci, 1 legătură de pătrunjel verde, sare, piper, ulei, unt, 1 lămîie.*

Se folosesc ciuperci cărnoase și întregi. Se curăță, se spală, se desprind picioruşele (cozile) care se taie foarte mărunt, iar pălărioarele, după ce s-au scurs, se așază într-o tigaie unsă și cît mai largă. Peste ele se pun picioruşele amestecate cu pătrunjel tocat mărunt, piper pisat, sare și puțin ulei. Se introduce tigaia în cuptor și cînd ciupercile sînt gata se stropesc cu puțin unt topit și cu zeamă de lămîie.

790. **Ciuperci pane**

Pentru 6 porții: *600-800 g ciuperci, 2-3 ouă, făină, pesmet, sare, piper, 1 lămîie, sos de ciuperci.*

Se folosesc ciupercile de cultură, întregi și cît mai proaspete. Se curăță bine, se spală în mai multe ape și se taie picioruşele. Pălărioarele se pun la fiert cu puțină sare, apă și zeamă de lămîie. Se fierb 10—20 min, după care se scot (iar zeama se păstrează), se răcesc cu apă rece, se zvîntă și se trec prin făină, prin ou bătut cu puțină sare și piper, apoi prin pesmet. Se prăjesc pe ambele părți pînă capătă o culoare aurie. Se servesc ca un fel de mîncare, cu sosul preparat din cotoare de ciuperci (v. rețeta 177. Sos de ciuperci).

791. **Ciuperci sote-călite**

600-800 g ciuperci de crescătorie, 100 g ceapă, 100 ml ulei sau unt, sare, piper, verdeață și eventual, după gust, zeamă de lămîie.

Se curăţă ciupercile bine de pămînt (nisip), se spală în mai multe ape şi se taie în felii subţiri, atît pălărioarele cît şi picioruşele. Într-un vas se pune unt sau ulei la încălzit în care se călește ceapa curăţată şi tăiată mărunt, după care se introduc ciupercile şi se călesc împreună pînă scade zeama lăsată de ele. Se piperează şi se sărează după gust, se mai adaugă pătrunjel verde tăiat mărunt şi zeamă de lămîie sau 1/2 pahar de vin. Se servesc ca garnitură la diferite preparate de legume sau la ouă.

792. **Ciuperci cu roşii**

Pentru 6 porţii: *600 g ciuperci, 100 g ceapă, 500 g roşii, 100 ml ulei sau unt, sare, piper, verdeaţă.*

Se aleg de preferinţă ciuperci mici (de cîmp sau de crescătorie). Se curăţă şi se taie în două sau în patru, după mărime. Pe măsură ce sînt curăţate, se pun într-un vas cu apă rece în care s-a pus zeamă de lămîie sau un praf de sare de lămîie şi puţină sare, ca să nu se înnegrească cît stau pînă se gătesc. Între timp, se pune ceapa tăiată mărunt într-o cratiţă cu unt sau cu ulei şi se călește pînă începe să se îngălbenească, după care se adaugă ciupercile, sare, piper şi împreună se mai călesc 10—15 min. Apoi se adaugă roşiile curăţate de pieliţă şi seminţe şi tăiate în bucăţi, se lasă să fiarbă acoperit sau se introduce vasul cu mîncare în cuptor. Mîncarea se serveşte rece, presărată deasupra cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

793. **Ciuperci cu roşii şi ardei graşi**

600 g ciuperci, 10 ardei graşi, 500 g roşii, 100 g ceapă, 150 ml ulei, verdeaţă.

Se prepară la fel ca ciupercile cu roşii, cu deosebirea că se adaugă şi ardei graşi tăiaţi în bucăţi mici care se călesc separat într-o tigaie cu puţin ulei, 5—6 min, după care se pun împreună cu ciupercile peste ceapa călită şi se continuă prepararea la fel ca în reţeta precedentă.

794. **Ciuperci cu smîntînă**

600 g ciuperci, 100 g unt, 300 g smîntînă, sare, piper, 1 legătură de pătrunjel verde.

Se prepară din ciuperci albe, tinere, de cîmp, de pădure sau de crescătorie. Acestea se curăţă de nisip, de pieliţe şi, pe măsură ce sînt curăţate, se pun într-un vas cu apă rece în care s-a adăugat sare de lămîie, ca să nu se înnegrească pînă se vor prepara. În momentul folosirii (pregătirii) se spală ciupercile în mai multe ape reci, se taie în felii cît mai subţiri, se pun într-o cratiţă cu unt topit şi se lasă să se înăbuşe la foc mic pînă scade zeama pe care o lasă, apoi se adaugă smîntîna, sare, piper şi pătrunjel verde tăiat mărunt şi se mai lasă pe foc pînă dau în cîteva clocote. Se servesc cu mămăliguţă fierbinte.

795. **Zbîrciogi cu smîntînă**

Se prepară la fel ca în reţeta anterioară. Zbîrciogii apar primăvara, prin aprilie—mai, în păduri de foioase.

796. **Hribi cu smîntînă**

Se prepară la fel ca în reţeta 794, „Ciuperci cu smîntînă".

797. **Ghebe cu smîntînă**

600 g ghebe, 100 g unt, sau ulei, 100 g ceapă, sare, piper, verdeață, 200 g smîntînă, 30 g făină.

Se aleg ghebe tinere și cît mai cărnoase, se scurtează codițele, se spală în mai multe ape reci și se taie în patru, sau în mai multe bucăți. Ceapa se taie mărunt și se înăbușă în unt sau în ulei. După ce s-a călit puțin se adaugă ghebele tăiate și se călesc împreună 15—20 min; dacă zeama scade se adaugă cîte puțină apă caldă și din cînd în cînd se amestecă cu o lingură de lemn. În tot timpul fiertului, vasul se ține pe foc domol și acoperit cu capac. Cînd sînt gata, se adaugă sare, piper, pătrunjel verde și smîntîna amestecată cu făină și se mai lasă pînă încep să fiarbă. După cîteva minute de fierbere se servesc cu mămăliguță fierbinte.

798. **Ghebe cu usturoi**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, numai că în loc de smîntînă, la urmă, se adaugă o lingură de făină uscată fără grăsime, dizolvată cu apă cît cuprinde, se adaugă și usturoi sfărîmat și se mai lasă pe foc pînă încep din nou să fiarbă 2—3 min.

799. **Ciuperci (hrîbi, mînătărci, ghebe etc.) uscate, cu smîntînă**

60-100 g ciuperci uscate, 100 g unt sau ulei, 200 g smîntînă, 1 lingură de făină, sare, piper, pătrunjel verde, 1 rădăcină de pătrunjel, 1 ceapă.

Se spală ciupercile în cîteva ape călduțe și se pun la înmuiat timp de 2—3 ore tot în apă călduță. Se pun apoi la fiert în aceeași apă în care s-au înmuiat, se adaugă rădăcină de pătrunjel crestată, ceapa la fel și pătrunjelul verde legat cu ață. (Acestea se pun împreună cu ciupercile pentru a da gust, iar după fiert se înlătură.) Se fierb pe foc domol pînă sînt gata. Separat, într-o cratiță cu fundul gros se pune făina (fără grăsime) și se călește pe foc mic pînă se îngălbenește, după care se stinge cu zeama în care au fiert ciupercile și se lasă pe foc, amestecînd pînă dă în fiert, apoi se adaugă ciupercile fierte (eventual și tăiate), sare și piper, după gust, untul, smîntîna și se mai lasă să dea într-un clocot. Se servesc cu mămăliguță fierbinte.

800. **Ciuperci uscate cu usturoi**

Se prepară la fel ca în rețeta anterioară dar fără smîntînă, iar la urmă, cînd ciupercile sînt bine fierte, se adaugă, după gust, usturoi pisat și ulei crud.

801. **Mîncare de ciuperci proaspete**

Pentru 6 porții: *800 g ciuperci, 300 g ceapă, 150 ml ulei, 50 g bulion, 2-3 ardei grași, 1 legătură de pătrunjel verde, sare, piper.*

Se curăță ciupercile, se spală și se taie potrivit. Ceapa se taie mărunt și se pune într-o cratiță cu ulei pe foc, amestecîndu-se pînă se îngălbenește puțin. Se adaugă ardeii tăiați mărunt, apoi ciupercile și împreună se călesc înăbușit pînă scade zeama lăsată de ciuperci. Se adaugă bulionul și se stinge cu apă caldă atît cît este nevoie, apoi se potrivește de sare și

de piper și se mai lasă să fiarbă 10—20 min. Se servește presărată cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

802. **Mîncare de ciuperci uscate**

150 g ciuperci uscate, 100 ml ulei, 200 g ceapă, 30 g bulion de roșii, usturoi, sare, piper, 1 foaie de dafin.

Ciupercile uscate se spală în cîteva ape, apoi se pun la înmuiat 2—3 ore, după care se fierb pînă sînt gata. Între timp, se taie ceapa mărunt, se pune la prăjit într-o cratiță cu ulei încălzit și după ce s-a înmuiat se adaugă bulionul de roșii și se stinge cu apă caldă. Se adaugă apoi ciupercile fierte (eventual tăiate), foaia de dafin, sare și piper, după gust, și se mai fierb împreună 10 min, după care se adaugă usturoi pisat, după gust.

803. **Ciuperci cu măsline**

Pentru 6 porții: *600 g ciuperci proaspete, 100 ml ulei, 150 g ceapă, 30-50 g bulion, 200 g măsline, 1 lămîie, 1/2 pahar vin, sare, piper, verdeață.*

Se aleg ciuperci mici, se curăță, se taie potrivit, se spală în mai multe ape și se stropesc cu puțină sare de lămîie sau cu zeamă de lămîie, apoi se pun la fiert cu apă cît să le acopere, se fierb circa 10—15 min, după care se scurg de zeamă (care se păstrează) și se pun la înăbușit cu o parte din ulei. Separat, într-o cratiță, cu restul de ulei se călește ceapa tăiată mărunt. Cînd ceapa a căpătat culoare galbenă, se adaugă bulionul și se stinge cu vin și cu zeamă în care au fiert ciupercile, se adaugă sare, piper, verdeață tocată și măslinele, care au fost fierte separat, și se lasă să mai fiarbă 5—6 min, după care se răstoarnă peste ciuperci și împreună se mai fierb 5—6 min. Se servesc reci, presărate cu pătrunjel verde tăiat mărunt și cu felii de lămîie deasupra.

804. **Ciuperci cu ochiuri**

Se folosesc aceleași cantități și același mod de preparare ca în rețeta anterioară, fără a se adăuga însă măsline. În locul lor, deasupra ciupercilor se pun ouă pregătite ochiuri.

805. **Ciuperci cu orez (pilaf)**

Pentru 6 porții: *500-600 g ciuperci, 200 g orez, 100 g ceapă, 150 ml ulei, 30 g bulion de roșii sau cîteva roșii, sare, piper.*

Se pregătesc ciupercile fierte la fel ca în rețeta Ciuperci cu măsline. Separat, într-o cratiță se călește în ulei înfierbîntat ceapa tăiată mărunt. Cînd s-a rumenit se adaugă orezul spălat și bine scurs, călindu-se împreună 5—10 min, după care se stinge cu apa în care au fiert ciupercile, socotindu-se la 1 parte orez, 3 părți lichid. Se adaugă ciupercile, sare și piper, după gust, se amestecă bine, se acoperă cratița cu un capac și se lasă pe foc domol sau se introduce în cuptorul slab încălzit, unde în 20—30 min sînt gata. Ciupercile cu orez se pot servi calde sau reci, cu sos tomat. Pilaful de ciuperci se poate prepara atît din ciuperci proaspete de diferite soiuri comestibile, cît și din ciuperci uscate.

806. **Ciuperci cu sfeclă şi usturoi**

Pentru 6 porţii: *600 g ciuperci, cîteva sfecle roşii mijlocii, 200 g ceapă, 100 ml ulei, 30 g usturoi, sare, piper, oţet.*

Se fierb ciupercile ca în reţeta 803, iar sfecla fiartă sau coaptă se curăţă şi se taie în felii mici şi se pune într-o salatieră, adăugîndu-se apoi ceapa prăjită în ulei, ciupercile fierte, sare, piper, usturoi pisat şi oţet, după gust. Se amestecă şi se servesc ca aperitiv.

807. **Mîncare de ciuperci cu cartofi**

400 g ciuperci, 600 g cartofi, 150 ml ulei, 200 g ceapă, 30 g bulion de roşii, sare, piper, usturoi, verdeaţă.

Se curăţă ciupercile, cartofii şi ceapa. Ciupercile se taie în bucăţi potrivite şi se călesc într-o parte din ulei, iar ceapa se taie mărunt şi se prăjeşte în restul de ulei, pînă cînd începe să se rumenească puţin. Se adaugă cartofii tăiaţi în bucăţi mici şi se mai călesc puţin împreună, după care se pune bulionul de roşii, piper, sare şi se stinge cu apă (cît este necesar). Se mai lasă să fiarbă pînă cartofii sînt gata, apoi se pun ciupercile şi verdeaţa tăiată mărunt.

808. **Ciuperci gratinate**

800 g ciuperci proaspete, 150 g unt, 100 g făină, 1/4 l lapte, 1 pahar de zeamă de la ciuperci, 3-4 ouă, piper, sare, pesmet.

Ciupercile se curăţă, se spală, se taie peştişori, se pun în puţină apă cu sare şi cu o lingură de zeamă de lămîie şi se fierb înăbuşit (acoperite cu capac) 20—30 min. Între timp, din făină, unt şi lapte se prepară un sos gros (Béchamel), care se fierbe pe plită pînă se îngroaşă, după care se dă la o parte să se răcească. În sosul răcit se adaugă gălbenuşurile, pe rînd, ciupercile, sare, piper şi la urmă albuşurile bătute spumă. Compoziţia obţinută se aşază într-o formă unsă cu unt şi presărată cu pesmet şi se introduce în cuptor, lăsîndu-se pînă se rumeneşte frumos. Ca să fie mai picantă, se pot adăuga în compoziţie 100 g brînză telemea sau caşcaval ras.

809. **Ciuperci în cocă de clătite**

Pentru 6 porţii: *600 g sau 12 pălării de ciuperci mari (alese), 200 g făină, 1/4 l lapte, 3-4 ouă, 1/2 pahar sifon, sare, zeamă de lămîie, ulei pentru prăjit.*

Din făină, gălbenuşuri, sare, lapte şi sifon se prepară o coca ceva mai groasă ca cea de clătite şi se lasă acoperită timp de 20 min. În acest interval se curăţă ciupercile, se taie cozile, se spală pălărioarele în cîteva ape, după care se curăţă de pieliţă, se pun într-o cratiţă aşezate cu creasta în jos şi peste ele se toarnă apă clocotită cu puţină sare şi zeamă de lămîie. Se lasă să fiarbă 10—15 min, după care se scurg de zeamă şi se distanţează între ele ca să se zvînte. În momentul servirii se pune uleiul la încins, pălărioarele se trec prin coca în care s-au adăugat albuşurile bătute spumă şi se prăjesc pe foc domol, pe ambele părţi. Se servesc calde, cu sos de ciuperci preparat din cozi şi zeama de la fiertul pălărioarelor. Pentru sos v. reţeta 177.

810. **Ciulama de ciuperci**

Pentru 6 porții: *1 kg ciuperci, 100 g unt, 100 g făină, 200 g smîntînă, sare, piper.*

Se recomandă ciupercile tinere, albe (șampinioane) sau de care avem, numai să fie comestibile. Ciupercile se curăță, se spală, se taie în felii foarte subțiri și se fierb în apă (cantitate potrivită) cu sare și 1 linguriță de zeamă de lămîie. Între timp, se înfierbîntă într-o cratiță unt, se adaugă făina și se călește 5—6 min, după care se stinge cu zeama în care au fost fierte ciupercile și cu smîntînă. Se lasă să fiarbă 5—6 min, amestecînd, apoi se adaugă ciupercile, sare și piper după gust și se lasă să mai fiarbă cîteva minute. Se servește caldă, cu mămăliguță fierbinte și cu puțin unt topit pe deasupra.

811. **Iahnie de ciuperci**

Pentru 6 porții: *800 g ciuperci, 300 g ceapă, 150 ml ulei, 30 g făină, sare, piper, boia de ardei, 1 legătură de verdeață.*

Ceapa tăiată mărunt se pune la rumenit în ulei și, cînd începe să se rumenească, se adaugă ciupercile curățate, spălate și tăiate în felii subțiri. Se înăbușă pînă scade apa lăsată de ciuperci, apoi se pudrează pe deasupra cu făină, se stinge cu apă caldă, se amestecă și se lasă să fiarbă 10—20 min. Dacă între timp mai este nevoie, se mai toarnă apă, astfel ca sosul să fie potrivit de legat. În timpul fierberii se mai pot adăuga 30 g bulion de roșii sau boia de ardei, 1 foaie de dafin, piper, 100 ml vin. La servire se presară cu verdeață tăiată mărunt. Se poate servi caldă sau rece.

812. **Tocăniță de ciuperci**

1 kg ciuperci, 200 g ceapă, 150 ml ulei, 50 g bulion de roșii, 2-3 ardei grași, 2-3 roșii, 30 g usturoi, sare, piper, 1 foaie de dafin, 1 linguriță de făină.

Ciupercile, curățate și spălate, se taie în bucăți mici și se călesc cu o parte din ulei. Separat, în restul de ulei înfierbîntat, se prăjește ceapa, se adaugă făina și împreună se mai prăjesc pînă încep să capete culoarea aurie. Se adaugă bulionul de roșii, usturoiul tocat mărunt, ardeii grași tăiați subțire, foaia de dafin, sare, piper, se stinge cu apă cît este necesar și se lasă să fiarbă 10—15 min. Se adaugă apoi ciupercile și împreună se mai fierb 5—6 min. În timpul fierberii se mai pot adăuga roșiile curățate de pieliță și tăiate în bucăți. Se poate servi caldă sau rece.

813. **Sarmale de orez cu ciuperci**

Pentru 6 porții: *300-400 g ciuperci, 300 g orez, 150 g ceapă, 200 ml ulei, 50 g bulion de roșii, cîteva roșii proaspete, sare, piper, 2-3 legături de pătrunjel și mărar verde, varză dulce sau murată (cu foi bune).*

Dacă se folosește varză dulce, aceasta se opărește mai întîi în apă clocotită cu sare și cu puțin oțet sau cu borș.

Varza acră se spală în apă rece, se desfac foile și dacă nu sînt destul de moi se opăresc. Se aleg apoi foile bune, iar restul se toacă foarte subțire. Între timp, se taie ceapa foarte mărunt și se pune la prăjit în jumătate din ulei bine înfierbîntat. Cînd se îngălbenește, se adaugă orezul ales, spălat și scurs de apă, se prăjesc puțin împreună, se adaugă mărarul și

pătrunjelul tăiate mărunt, ciupercile care au fost mai întîi spălate, tăiate în pătrățele mici și călite în restul de ulei rămas. Se stinge compoziția cu apă clocotită în cantitate de două ori mai mare decît orezul, se amestecă, se adaugă piper, sare și, după ce a început să fiarbă, se acoperă vasul cu un capac și se lasă pe foc moderat, pînă se umflă bine orezul. Din compoziția preparată mai înainte și foi de varză se fac apoi sarmale împăturindu-se bine ca să nu se desfacă în timpul fiertului. Într-o cratiță se așază la fund un strat de varză tăiată subțire, peste care se pun sarmalele, una lîngă alta, în așa fel ca la mijloc să rămînă un gol care se umple cu varza tăiată care se pune și peste sarmale. Se umple cratița cu apă caldă, în care s-a dizolvat bulionul de roșii iar roșiile se taie în felii și se pun pe deasupra. Se lasă sarmalele pe foc moderat pînă încep să fiarbă (acoperite cu un capac), după care se introduc în cuptor și se fierb lent, pînă ce varza este gata. Se servesc reci sau calde, cu smîntînă sau mămăliguță caldă.

Mențiune. La început nu se umple complet cratița de sarmale cu apă, fiindcă la fiert sarmalele se umflă; este mai bine să se adauge apă caldă pe parcurs, cînd aceasta scade.

814. **Sărmăluțe de orez și ciuperci în foi de viță**

200–300 g orez, 300 g ciuperci, 150 g ceapă, 200 ml ulei, 1 kg foi mari de spanac sau de viță, 1 l borș, 1 lingură făină, verdeață, sare, piper, smîntînă.

Orezul se prepară împreună cu ciupercile, la fel ca în rețeta anterioară.

Foile de viță sărate se țin la desărat de pe o zi pe alta în apă rece. Foile verzi de spanac, lobodă, ștevie, podbal sau de viță se opăresc cu apă acidulată cu borș sau cu oțet. După ce se răcesc frunzele răsfirate pe o planșetă, se taie codițele. Se ia cîte o foaie, se întinde pe palmă, se pune umplutura de orez cu ciuperci și se înfășoară bine rezultînd astfel sărmăluțele. Acestea se așază într-o cratiță în care s-au pus mai întîi pe fund cîteva foi mai groase, se presară între ele verdeață tăiată mărunt și apoi se umple cu sosul preparat din făină călită puțin și stinsă cu apă și cu borș, potrivindu-se la gust și de sare. Se pun la fiert la foc domol și, cînd sînt aproape gata, se mai adaugă smîntînă sau se servesc cu smîntînă separat la sosieră.

10.9. PREPARATE DIN MAZĂRE

Mazărea tînără sau cea uscată este mai gustoasă dacă boabele sînt mici. Mazărea verde se pune la fiert în multă apă clocotită cu sare și pe foc viu. După ce este gata, se scurge și se clătește cu apă rece, pentru ca să-și mențină culoarea cît mai verde, ceea ce îi conferă pe lîngă gust și un aspect plăcut.

Mazărea boabe verde, dacă nu este pusă imediat la fiert, se ține în apă rece, ca să nu se ofilească. Mazărea uscată se ține cîteva ore în apă rece ca să se înmoaie și să fiarbă mai repede (fără sare și pe foc domol).

Mazărea din conserve se scurge de zeamă, care se aruncă, iar boabele se spală cu apă rece. Mazărea nu se prăjește fiindcă se zbîrcește și se usucă, rămînînd tare.

815. **Mazăre bătută**

Pentru 6 porții: *400-500 g mazăre uscată, 300 g ceapă, 120 ml ulei, 4-5 căței de usturoi, sare.*

Se alege mazărea și se pune în apă rece ca să se înmoaie, apoi se scurge de apă și se pune la fiert în apă rece fără sare. Se fierbe pe foc domol pînă ce este bine fiartă, după care se trece prin sită. Se pune piureul de mazăre într-un castron, se bate cu un tel pînă ce devine spumos, se adaugă usturoi pisat cu sare și strecurat, bătîndu-se în continuare cu telul și adăugînd cîte puțin ulei (în total 60 ml). Dacă piureul este prea gros, se adaugă zeamă de la fiertul mazării. Se servește cu ceapă prăjită în restul de ulei pusă deasupra.

816. **Mazăre sote**

Pentru 6 porții: *600-800 g mazăre boabe, 60 g unt, 30 g zahăr, 1 legătură mărar, sare.*

Mazărea tînără cu bobul mic se pune la fiert în apă clocotită cu sare și puțin bicarbonat pentru păstrarea culorii. Se fierbe pe foc iute și cînd este gata, se strecoară și se răcește cu apă rece. Se scurge bine și se pune într-o cratiță cu unt să se înfierbînte bine, după care se adaugă sare, zahăr și mărar tocat. Se servește ca garnitură sau cu ochiuri.

817. **Mazăre sote cu frigănele**

Mazărea se prepară ca în rețeta anterioară.

Frigănelele se prepară din 400 g franzelă, 300 ml lapte, 3 ouă și ulei pentru prăjit.

Se taie franzela felii, acestea se curăță de coajă și li se dă o formă rotundă, pătrată sau triunghiulară. Se înmoaie feliile în lapte, se scurg, se trec prin ou bătut și se pun la prăjit în tigaia cu ulei bine înfierbîntat. Se prăjesc pe ambele părți.

Mazărea se servește pe platou sau pe porții, garnisită cu frigănele.

818. **Mazăre verde cu smîntînă**

600 g mazăre boabe, 100 g făină, 100 g unt, 200 g smîntînă, 400 ml lapte sau zeamă în care a fiert mazărea.

Mazărea boabe fiartă se pune într-un sos de smîntînă, pregătit după rețeta 176 și se fierbe pînă se îngroașă sosul potrivit.

819. **Mazăre cu măsline și arpagic**

600 g mazăre boabe verde, 400 g arpagic, 100 g unt, 30 g făină, 50 g zahăr, sare, 150 g măsline, 1/2 lămîie.

Mazărea se fierbe în apă clocotită, se strecoară și se pune peste arpagicul curățat și înăbușit cu o parte din unt. Din restul de unt, zahăr și făină se prepară sosul astfel: se pune într-o cratiță mică unt, zahăr și se ține pe foc amestecînd; cînd zahărul începe să se caramelizeze se adaugă făina și se stinge cu 2 pahare de zeamă în care a fiert mazărea. Se adaugă măslinele opărite, se potrivește la gust de sare și se mai ține pe foc pînă ce scade sosul și devine potrivit de legat.

820. **Mazăre cu roşii**

Pentru 6 porţii: *500 g mazăre boabe, 200 g ceapă, 500 g roşii, 150 ml ulei, 2 legături de mărar, sare, piper, 50 g zahăr.*

Mazărea se fierbe în 2 l apă cu sare, apoi se strecoară. Separat, într-o cratiţă cu ulei, se călește ceapa tăiată mărunt. Se adaugă roşiile curăţate de pieliţă şi de seminţe şi se mai călesc împreună 10—15 min, după care se adaugă mazărea fiartă, mărar tocat, zahăr, sare şi dacă este nevoie se mai toarnă puţină zeamă de la fiertul mazării, şi se mai fierbe totul acoperit cu un capac 10 min.

821. **Mazăre cu orez „rizi-bizi"**

600 g mazăre boabe tînără, 200 g orez, 100 g ceapă, 100 g unt, 100 g caşcaval ras.

Se taie ceapa mărunt şi se călește cu unt, se adaugă orezul (ales, spălat şi bine scurs de apă), sare şi se stinge cu apă clocotită, socotindu-se la 1 parte orez 3 părţi de lichid. Se fierbe acoperit, pe foc domol, 20 min, după care se adaugă mazărea fiartă, se amestecă şi se mai fierb 10 min. Se serveşte cu unt cald deasupra sau cu caşcaval ras.

822. **Mazăre păstăi cu unt**

1 kg mazăre păstăi foarte tînără, 100 g unt, 1 legătură de mărar verde, 30 g zahăr, sare.

Se taie vîrfurile păstăilor, se spală păstăile şi se pun la fiert în apă clocotită, cu sare. Cînd sînt gata se strecoară şi se pun într-o cratiţă cu unt înfierbîntat. Se adaugă zahăr, mărar verde tăiat mărunt, eventual dacă mai trebuie sare, şi se încălzeşte bine. Se serveşte cu frigănele.

823. **Mazăre păstăi cu unt şi smîntînă**

1 kg mazăre păstăi foarte tînără, 50 g unt, 1-2 legături de mărar verde, 200 g smîntînă, sare.

Se prepară ca în reţeta anterioară, iar la urmă se adaugă smîntîna amestecată cu o linguriţă de făină şi ţinută pe plita încinsă pînă dă într-un clocot.

824. **Mazăre fiartă natur**

600-800 g mazăre verde boabe, 30 g zahăr, 100 g unt, sare, mărar.

Mazărea se fierbe în 3 l de apă clocotită cu sare şi puţin bicarbonat, pentru păstrarea culorii. Se fierbe pe foc iute şi cînd este gata se strecoară, se răceşte cu apă rece, se scurge bine şi se pune într-o cratiţă cu unt să se înfierbînte bine. Se serveşte ca garnitură la orice fel de soteuri sau piureuri de legume.

825. **Mîncare de mazăre verde**

1 kg mazăre verde boabe, 100 g unt sau ulei, 50 g făină, 200 g ceapă, 30 g bulion de roşii, 1 legătură mărar, 500 g roşii, sare, 30 g zahăr.

Mazărea se fierbe ca în reţeta anterioară. Ceapa tăiată mărunt se călește în unt sau în ulei, se adaugă făina uscată şi se călesc împreună 5—6

min, după care se adaugă bulion de roşii şi se stinge cu apa de la fiertul mazării. Se adaugă apoi roşiile curăţate de pieliţă şi de seminţe, mărarul tăiat mărunt, mazărea fiartă, zahărul şi sare, după gust. Se dă în fiert şi după aceea se mai introduce în cuptor să fiarbă cîteva minute.

826. **Mîncare de mazăre uscată**

Pentru 6 porţii: *600 g mazăre uscată, 120 ml ulei, 200 g ceapă, sare.*

Mazărea se alege, se spală şi se pune la înmuiat, după care se pune la fiert în apă rece. Se fierbe lent pînă ce bobul este gata, fără a se terciui. Într-o tigaie se călește în ulei ceapa tăiată mărunt pînă se rumenește puţin, se stinge cu zeamă de la fiertul mazării şi se adaugă la mazăre, se potrivește de sare şi se amestecă. După preferinţă, se poate adăuga zeamă de usturoi pisat.

827. **Piure de mazăre**

Pentru 6 porţii: *800 g mazăre boabe proaspătă, 100 g unt, 1/4 l lapte, sare, zahăr.*

Mazărea se fierbe ca în reţeta 824. După ce este bine fiartă se strecoară şi în stare fierbinte se dă prin pasoar sau prin sită, apoi se amestecă bătînd şi adăugînd cîte puţin unt şi lapte fierbinte. Se adaugă sare şi zahăr, după gust, şi se ţine acoperită pe plită într-un vas cu apă fierbinte. Se servește cu frigănele sau cu crochete de griş.

10.10. PREPARATE DIN MORCOVI ŞI CAROTE

Morcovii şi carotele sînt legume înrudite între ele. Carotele sînt însă mai dulci şi mai fragede şi cresc de mărimea ridichilor de lună. Morcovii se găsesc în toate anotimpurile şi se folosesc la multe şi diferite preparate culinare.

828. **Carote sau morcovi sote**

800 g carote sau morcovi, 100 g unt, sare, zahăr.

Carotele se spală şi se curăţă prin radere. Se potrivesc să aibă cam aceeaşi mărime, sau se taie în patru. Dacă în loc de carote folosim morcovi, aceştia se taie în felii mici sau se dau prin răzătoarea cu orificii mari. Se aşază apoi într-o cratiţă cu atîta apă fierbinte cît să le acopere şi se lasă să fiarbă pînă ce scade apa. Dacă mai este necesar se mai adaugă cîte puţină apă pînă ce morcovii sînt fierţi şi rămîn la urmă scăzuţi (fără zeamă). Se adaugă zahăr şi sare, după gust, apoi se adaugă untul şi se mai lasă pe foc, scuturînd cratiţa din cînd în cînd pînă se încălzește bine, sau se adaugă untul în momentul cînd se servește.

829. **Morcovi cu mazăre sote**

Pentru 6 porţii: *500 g morcovi, 500 g mazăre, 100 g unt, sare, zahăr.*

Se taie morcovii felii, sferturi mici, sau se dau prin răzătoarea mare şi împreună cu mazărea curăţată se pun într-o cratiţă cu atîta apă fierbinte cît să le acopere şi se lasă să fiarbă pînă ce scade apa. Dacă morcovii nu sînt încă gata, se mai adaugă apă fierbinte. Apoi se potrivește de sare şi

de zahăr, după gust, şi se adaugă unt. Se amestecă şi se mai lasă să dea într-un clocot. Se servesc cu crutoane de pîine (v. reţeta 668) ori cu frigănele (v. reţeta 396).

830. **Morcovi înăbuşiţi cu smîntînă**

800 g morcovi, 50 g unt, 200 g smîntînă, sare.

Morcovii se prepară ca în reţeta anterioară şi la urmă se adaugă smîntînă amestecată cu 20 g (o linguriţă) de făină şi se mai lasă să dea într-un clocot.

831. **Piure de morcovi**

Pentru 6 porţii: *800 g morcovi, 100 g unt, 1/4 l lapte, 1 lingură de făină, sare, zahăr.*

Morcovii se curăţă, se spală, se taie în felii subţiri şi se pun la fiert acoperiţi cu un capac. După ce au fiert, se trec prin sită. Separat, într-o cratiţă, se încălzesc 50 g unt, se presară cu făină şi se stinge (se subţiază) cu lapte, se adaugă restul de unt, piureul de morcovi, zahăr şi sare după gust şi se ţine pe foc amestecîndu-se pînă ce piureul se îngroaşă. Se serveşte cu frigănele sau cu pîine prăjită.

De reţinut: Morcovii pentru piure se pun la fiert cu puţină apă şi se înăbuşă sub capac. Între timp, se mai adaugă cîte puţină apă ca să nu se ardă, iar la urmă se lasă morcovii să scadă bine de lichid, apoi se trec prin sită în stare fierbinte.

832. **Mîncare de morcovi**

Pentru 6 porţii: *800 g morcovi, 100 ml ulei, 50 g făină, 30 g zahăr, sare, 1 legătură de pătrunjel verde.*

Morcovii sau carotele se curăţă, se spală şi se taie după plac, în felii rotunde sau în cuburi mici. Se călesc pe rînd în uleiul înfierbîntat, se scot în alt vas, iar în uleiul rămas se pune zahărul, făina şi se amestecă pînă începe să se caramelizeze, apoi se stinge cu un pahar de apă şi se amestecă pe foc pînă se dizolvă sosul, după care se răstoarnă peste morcovi. Se potriveşte de sare, se adaugă pătrunjel verde tăiat mărunt şi se mai lasă să fiarbă lent pînă ce morcovii sînt gata. În timpul fierberii, dacă mîncarea a scăzut, se mai adaugă apă clocotită.

833. **Mîncare de morcovi cu smîntînă şi turnăţei**

600 g morcovi, 100 g unt, 200 g smîntînă, sare.
Pentru turnăţei: *100 g făină, 2 ouă, 1 pahar mic de lapte (150 ml).*

Se curăţă morcovii, se spală, se taie în felii şi se pun la fiert într-un vas cu apă fierbinte, atît cît să acopere morcovii. Cînd sînt gata se adaugă untul, smîntîna şi turnăţeii (v. reţeta 676) fierţi separat în apă cu sare şi strecuraţi. Se potriveşte de sare şi împreună se dau într-un clocot. Se serveşte ca atare.

834. **Budincă de morcovi**

1 kg morcovi, 60 g făină, 100 g unt, 100 g zahăr, 2 ouă, 100 g caşcaval, 1 pahar lapte, sare.

Morcovii curățați se spală și se dau pe răzătoarea mare sau se taie ca tăiței și se înăbușă cu 50 g unt și puțină apă, amestecînd din cînd în cînd pînă sînt gata. Se iau apoi de pe foc și se lasă să se răcească.

În acest interval de timp se pune restul de unt într-o cratiță, se încălzește, se adaugă făina și se călește 3—4 min, după care se stinge cu lapte și se amestecă pînă ce se îngroașă. Se lasă să se răcească, se adaugă morcovii fierți, gălbenușurile, puțină sare și la urmă albușurile bătute bine cu 60 g zahăr. Se amestecă ușor și puțin ca să nu cadă spuma de albuș. Se unge o tavă cu unt, se presară abundent cu zahăr (cît se prinde de pereții formei) și se așază în ea compoziția. Se netezește, se presară pe deasupra cu cașcaval ras, se stropește cu puțin unt topit și se introduce tava în cuptorul bine încins. Se coace pînă se rumenește. Se servește caldă.

10.11. PREPARATE DIN NAPI

Napul este o plantă cu rădăcină cărnoasă, hrănitoare, care seamănă la gust cu anghinarea.

835. **Napi cu unt**

Pentru 6 porții: *800 g napi, 100 g unt, sare.*

Napii se curăță, se spală, apoi se țin 20—30 min în apă rece cu puțin oțet sau cu zeamă de lămîie, după care se fierb 8—10 min în apă clocotită și sare. Se strecoară și se pun într-un vas cu unt, cu care se înăbușă 5—6 min.

836. **Napi cu smîntînă**

800 g napi, 50 g unt, 200 g smîntînă.

Se prepară ca în rețeta anterioară și la urmă se adaugă smîntîna amestecată cu o linguriță de făină, după care se dă din nou într-un clocot.

837. **Napi cu pesmet à la polonez**

600 g napi, 3 ouă fierte, 100 g unt, 100 g pesmet, sare.

Napii curățați se fierb 8—10 min în apă cu sare, după care se scurg și se așază pe un platou încălzit. Deasupra se rad pe răzătoare ouăle fierte tari și la urmă se toarnă peste ele pesmetul puțin rumenit în unt.

La fel ca napii se prepară și *guliile.*

10.12. PREPARATE DIN BOB

838. **Bob bătut**

Pentru 6 porții: *800 g bob, 300 g ceapă, 100 ml ulei, sare.*

Bobul uscat se pune la înmuiat de seara, în apă rece. A doua zi se strecoară și cu un cuțitaș se îndepărtează colțul negru de la fiecare bob, după care se pune la fiert cu 2 l de apă rece, cu vasul acoperit, la foc mic. Cînd bobul este fiert se strecoară fără să se arunce zeama, iar bobul încă fierbinte se dă prin pasoar sau prin sită. Se amestecă bătînd cu un tel și adăugînd din cînd în cînd cîte puțină zeamă de la fiertul bobului, sare, ulei

și eventual usturoi pisat, după gust. La servire se toarnă deasupra uleiul în care a fost prăjită ceapa și se garnisește cu ceapă prăjită.

839. **Bob tînăr cu unt sau ulei**

1 kg bob tînăr, 100 ml ulei sau unt, 150 g ceapă, 1 legătură mărar, 1 legătură de pătrunjel.

Din păstăile tinere se scot boabele de bob, se spală și se pun la fiert în apă fierbinte cu puțină sare. Cînd boabele sînt fierte, se scot în alt vas cu unt înfierbîntat sau cu ceapă tăiată mărunt și prăjită în ulei. Se adaugă sare, verdeață tăiată mărunt și se înăbușă pe foc iute 5—6 min, scuturînd între timp vasul de cîteva ori.

10.13. PREPARATE DIN FASOLE

Fasolea este una dintre legumele cele mai hrănitoare, fiind foarte bogată în substanțe proteice, amidon, glucide și săruri minerale: fier, calciu și sulf. 100 g boabe de fasole uscată produc 60—65 calorii.

840. **Fasole boabe uscată fiartă**

Pentru 6 porții: *500–600 g fasole albă uscată, 1 morcov, 1 rădăcină de pătrunjel, 2 cepe, 1 foaie de dafin, cîteva boabe de piper, 1 fir cimbru, sare.*

Fasolea se alege și se pune la înmuiat, de seara, în apă rece. A doua zi se spală în cîteva ape și se pune la fiert cu apă călduță. După primul clocot se schimbă apa (sau și după al doilea), se umple vasul din nou cu altă apă fierbinte și se fierbe fasolea pînă este aproape gata. Se potrivește de sare, se adaugă cimbru, foi de dafin, boabe de piper, ceapa, morcovul, pătrunjelul, 2—3 linguri de ulei crud și se continuă fierberea pînă fasolea este gata, fără însă ca bobul să se sfărîme ci să rămînă întreg și să nu fie zeamă multă. La urmă se scot toate componentele, iar fasolea se servește după plac: cu ceapă prăjită (iahnie) sau cu ulei crud, mărar sau pătrunjel verde tăiate mărunt sau se dă prin sită și se prepară piure de fasole.

841. **Fasole bătută**

Aceeași cantitate de fasole împreună cu aceleași componente se pregătesc la fel ca în rețeta anterioară, cu deosebirea că după ce este bine fiartă, fasolea se trece prin sită. Se adaugă uleiul rămas de la ceapa prăjită, sare și usturoi după gust. La nevoie se mai subțiază cu zeamă în care a fiert fasolea și se bate cu un tel pînă devine pufoasă. Se servește stropită cu ulei și presărată cu ceapă prăjită deasupra și cu murături.

842. **Piure de fasole cu bobul mare**

Pentru 6 porții: *600 g fasole, 1 ceapă, 1 morcov, 1 fir de cimbru, cîteva boabe de piper, 1 frunză de dafin, sare, ulei.*

Fasolea albă cu bobul mare se spală și se lasă în apă rece, cîteva ore, apoi se spală din nou și se pune la fiert, iar după ce dă în primul clocot se scurge apa și se pune din nou la fiert cu apă fierbinte. Pe parcurs se pun legumele, foaia de dafin, cimbrul, boabele de piper, 1—2 linguri de

ulei și se continuă fierberea pînă ce fasolea este gata. Se scurge zeama, fasolea se trece prin pasoar sau prin sită, iar cojile se aruncă. După gust se adaugă sare, zeamă de usturoi și ulei sau unt și se bate pînă devine piureul pufos. Piureul se poate prepara și din alte soiuri de fasole.

843. **Icre de fasole (icre vegetariene)**

400 g fasole albă, 100 g măsline, 150 ml ulei, 1 lămîie, 2–3 cepe, sare.

Se fierbe fasolea la fel ca în rețeta precedentă. Cînd este bine fiartă se scurge de zeamă, iar fasolea se trece prin sită sau prin pasoar într-un castron. Se adaugă sare, măsline tocate fin ca o pastă și se freacă cu o lingură de lemn, punînd puțin cîte puțin ulei, se potrivește la gust cu zeamă de lămîie și se adaugă, după gust, ceapa tocată foarte mărunt. Se așază pe un platou, se garnisește cu măsline și cu felii de lămîie sau cu felii de castraveciori murați.

844. **Iahnie de fasole uscată**

Pentru 6 porții: *500 g fasole uscată, 300 g ceapă, 50 g bulion, 5–6 ardei grași, 1/2 căpățînă de usturoi, 150 ml ulei, sare, 2–3 roșii, verdeață (pătrunjel și mărar verde).*

Fasolea albă se alege și se pune la înmuiat, de seara. A doua zi se spală și se pune la fiert cu apă călduță. După primul clocot se scurge apa și se pune din nou cu apă fierbinte, fierbîndu-se pînă este aproape gata. Pe parcurs se pun 2—3 linguri de ulei și puțină sare. Între timp, se taie ceapa mărunt și se pune la prăjit într-o cratiță cu ulei înfierbîntat, amestecîndu-se pînă începe să se îngălbenească. Se pun apoi bulionul de roșii, ardeii grași tăiați, roșiile curățate de pieliță și tăiate în bucăți mici, usturoiul tocat mărunt. Se adaugă fasolea și zeamă cît trebuie, se introduce cratița în cuptor și se lasă pînă se rumenește mîncarea puțin pe deasupra. Se servește caldă sau rece, presărată cu verdeața tăiată mărunt.

845. **Fasole verde (păstăi) sote**

1 kg fasole verde, 80 g unt sau 100 ml ulei, sare.

Se alege pe cît posibil fasole verde tînără și fără ațe. (Cea mai bună fasole este cea grasă sau fideluță). Se curăță și se fierbe în apă multă la care se adaugă puțin bicarbonat pentru păstrarea culorii naturale. Cînd fasolea a fiert, se scurge și se răcește în apă rece, după care se înăbușă într-o cratiță cu unt. Se servește fierbinte.

846. **Fasole verde cu sos picant**

1 kg fasole păstăi, 60 g unt sau ulei, 20 g usturoi, 30 g oțet sau zeamă de lămîie, sare, piper, 1 legătură de mărar verde.

Se fierbe fasolea ca în rețeta anterioară. Se servește caldă sau rece, cu usturoi pisat, oțet, piper, sare, mărar tăiat mărunt, unt sau, dacă se servește rece, ulei.

847. **Fasole verde cu smîntînă**

1 kg fasole verde, 1 lingură plină cu unt, 200 g smîntînă, 1 linguriță de făină, sare, 1 legătură de mărar verde.

Se alege pe cît posibil fasole verde tînără și fără ațe sau dacă are ațe se curăță bine de ele. (Cea mai bună fasole este cea grasă sau fideluță). Se fierbe în apă multă clocotită, cu puțină sare. Cînd a fiert, se scurge fasolea și se pune într-o cratiță cu unt înfierbîntat, se acoperă cratița cu un capac și se înăbușă 5—6 min pe foc viu. Se adaugă apoi smîntîna amestecată cu făină și se mai lasă să dea în cîteva clocote. La servire se presară cu mărar tăiat mărunt. Se servește fierbinte.

848. **Fasole verde cu pesmet prăjit**

1 kg fasole, 100 g pesmet, 150 g unt, sare.

Fasolea fiartă ca în rețetele anterioare, se scurge de apă. Separat, într-o cratiță, se înfierbîntă untul, se adaugă pesmetul cernut și se călește pe foc amestecînd repede cu o lingură de lemn, pînă ce pesmetul se rumenește puțin, după care se adaugă fasolea fiartă și se amestecă. Se servește fierbinte, ca un fel de mîncare.

849. **Mîncare de fasole verde**

1 kg fasole păstăi, 30 g ceapă, 100 ml ulei, 500 g roșii sau 60 g bulion, cîțiva căței de usturoi, sare, piper pisat, verdeață, mărar.

Fasolea se fierbe la fel cum s-a arătat în rețetele precedente. Între timp, se taie ceapa mărunt și se pune la prăjit într-o cratiță cu ulei înfierbîntat. Cînd ceapa începe să se rumenească se adaugă usturoi tocat mărunt, roșiile curățate de pieliță și de semințe și tăiate în bucăți mici. (În absența roșiilor, se poate folosi bulion de roșii stins cu apă caldă, după trebuință). Se lasă să fiarbă 5—6 min, după care se adaugă fasolea fiartă și tăiată de 2—3 cm lungime, sare și piper, după gust, mărar tăiat mărunt și se amestecă, lăsîndu-se să mai fiarbă cîteva minute pe plită sau în cuptor (Pe plită, se înțelege că vasul cu mîncare se pune pe un ochi de aragaz pe care s-a așezat un disc de tablă groasă).

850. **Fasole verde gratinată**

Pentru șase porții: *1 kg fasole tînără, 3 ouă, 100 g unt, 60 g făină, 100 g cașcaval, 1/4 l lapte, piper, sare.*

Se curăță fasolea, se spală și se pune la fiert în apă clocotită cu sare. După ce s-a fiert, se scurge de apă, se răcește cu apă rece și se lasă la scurs pe strecurătoare. Între timp, se pun 50 g unt într-o cratiță, se adaugă făina și se călește 3—4 min, după care se stinge cu laptele călduț și se amestecă, fierbîndu-se pînă ce sosul se îngroașă. Se ia sosul de pe foc și, după ce s-a răcit, se adaugă în cratiță fasolea fiartă, sare, piper, după gust, ouă bătute ca pentru omletă, o parte din cașcaval ras, se amestecă bine și se așază într-o formă sau într-o tavă unsă cu restul de unt. După ce se nivelează, compoziția se presară cu restul de cașcaval ras și se introduce în cuptor. Se coace pînă se va rumeni frumos suprafața gratenului de fasole.

851. **Crochete de fasole verde**

1 kg fasole tînără, 100 g unt, 100 g făină, 1/4 l lapte, 2-3 ouă, sare, piper.

Se fierbe fasolea la fel ca în rețeta precedentă. Separat, se pune într-o cratiță unt și se adaugă făina. Se amestecă pînă începe să se îngăl-

benească puțin, se stinge cu laptele și se amestecă pînă ce sosul se îngroașă. Se ia sosul de pe foc și după ce s-a răcit puțin se adaugă 2 ouă, fasolea fiartă, tocată mărunt și din nou scursă bine, sare și piper după gust. Se amestecă bine pînă se omogenizează. Se ia din această compoziție cîte puțin și se modelează crochete în formă de dop de 3—4 cm lungime care se dau prin făină, ou bătut, apoi prin pesmet cernut și se prăjesc în ulei încins, rumenindu-se pe toate părțile. Se servesc fierbinți.

10.14. PREPARATE DIN CASTANE

852. Castane cu frigănele

1 kg castane comestibile, 50 g unt, 50 g zahăr, 100 ml lapte sau smîntînă, frigănele.

Castanele se crestează în cruciș și se pun la fiert timp de o oră, apoi se curăță de coaja exterioară și de cea interioară, se pun într-o cratiță cu puțină apă și unt și se înăbușă sub capac, pînă se înmoaie. Se trec prin sită, se pun din nou pe foc, se bat amestecîndu-se cu telul sau cu o linguriță de lemn, se adaugă laptele fierbinte și se potrivește de sare și eventual de zahăr. Se servesc cu frigănele de franzelă (v. rețeta 396).

853. Castane glasate în sistem vegetarian

1 kg castane comestibile, 120 g zahăr, 100 g marmeladă de fructe, 50 g unt, 30 g coniac.

Castanele se pregătesc ca în rețeta precedentă. După ce se înmoaie, castanele se pun într-un sos pregătit astfel: într-o cratiță se pune zahărul cu puțină apă și cînd s-a caramelizat se stinge cu 1/2 pahar de apă și după ce s-a dizolvat se adaugă marmelada diluată cu puțină apă caldă și coniacul. Se adaugă apoi untul, se amestecă și se introduce totul la cuptor pentru cîteva minute. Castanele glasate în sistemul vegetarian sînt mai aspectuoase dacă, după ce se dau prin glazură, se așază într-o tavă unsă cu unt, și se introduc în cuptorul cald pentru cîteva minute.

Se servesc cu frigănele (v. rețeta 396).

10.15. PREPARATE DIN CASTRAVEȚI

854. Mîncare de castraveți murați

500-600 g castraveți murați, 100 ml ulei, 60 g făină, 300 g ceapă, 50 g bulion, 2-3 roșii, mărar.

Se curăță castraveții de coajă (cît mai subțire) și dacă au semințe mari, acestea se înlătură întrucît sînt indigeste. Se taie castraveții în cubulețe, și se pun la fiert cu apă rece. După ce au dat în clocot, se scurg, se umple din nou vasul cu apă și se lasă să fiarbă pînă sînt moi. Între timp, ceapa se taie mărunt și se pune la călit într-o cratiță cu ulei înfierbîntat. Cînd s-a călit se adaugă făina și se mai călește 5—6 min, după care se adaugă bulionul de roșii și se stinge cu apă caldă. Se adaugă apoi roșiile curățate de pieliță și de semințe, castraveții scurși, mărar tăiat mărunt, se

amestecă și se introduce vasul cu mîncare în cuptor pentru 20—30 min. Se servește cu cartofi fierți separat.

(Bulionul de roșii poate fi înlocuit cu roșii proaspete, iar făină nu este obligatoriu să se folosească).

855. **Mîncare de castraveți cruzi**

Se prepară la fel ca în rețeta anterioară, înlocuindu-se castraveții murați cu castraveți proaspeți (dulci) și potrivindu-se la gust cu sare, piper, oțet sau zeamă de lămîie.

856. **Castraveți umpluți vegetarieni**

6 sau 12 castraveți, 200 g orez, 150 g ceapă, 100 ml ulei, sare, piper, mărar sau pătrunjel verde, 30 g făină, 30 g bulion, 2-3 linguri de smîntînă, 2 ouă.

Se iau 6 castraveți mari sau 12 mai mici sau dacă sînt lungi de 20 cm se taie în două și se curăță cît mai subțire de coajă. Se opăresc cu apă clocotită și cu sare, ca să se înmoaie. Se scobesc de miez cu ajutorul unei linguriță. (Dacă sînt tăiați în două în curmeziș, atunci se scobesc într-o parte dîndu-le forma de pahar). Se spală și se lasă la scurs, avînd grijă ca toți castraveții scobiți să aibă pereții întregi. Se presară cu puțină sare și se lasă cu gura în jos.

Între timp, se curăță ceapa, se spală, se taie mărunt și se pune la călit într-o cratiță cu ulei înfierbîntat. Se călește pînă ce se rumenește puțin și se adaugă orezul ales, spălat și scurs de apă. Se amestecă cu ceapa și se stinge cu apă în cantitate dublă față de orez. Se adaugă bulion, sare, piper, verdeață tăiată mărunt, se amestecă pînă dă în fiert, după care se acoperă și se ține pe foc slab sau în cuptor cu ușa acestuia deschisă, timp de 20—30 min. Se scoate apoi orezul într-un castron ca să se zvînte, se adaugă 2 ouă și se mai gustă o dată de sare. Cu compoziția obținută se umplu castraveții care se așază într-o tavă unsă și se introduc în cuptor. După 10 min se toarnă în tavă puțină apă fierbinte ca să nu se ardă, iar după ce castraveții s-au rumenit puțin se adaugă smîntîna amestecată cu făina și subțiată cu lapte sau cu apă caldă și se mai lasă să fiarbă 5—6 min.

857. **Castraveți umpluți cu brînză telemea**

6 castraveți, 300 g brînză, 3-4 ouă, 30 g griș, 50 g făină, 100 g unt.

Castraveții se pregatesc la fel ca în rețeta anterioară, dar pentru aceasta se aleg castraveți lungi și mai groși. Aceștia se taie pe lungime în două, se curăță de coajă, se scobesc de miez și se pun într-o cratiță cu capac, se adaugă 50 g de unt, puțină apă și sare și se înăbușă pînă devin moi.

Între timp, se trece brînza prin sită, se adaugă grișul fiert în lapte, făina, restul de unt topit și unul cîte unul gălbenușurile, amestecînd după fiecare și la urmă se adaugă albușurile bătute spumă. Cu această compoziție se umplu jumătățile de castraveți, se presară cu cașcaval ras și se așază într-o tavă în care se toarnă și lichidul care a mai rămas în cratița în care au fost înăbușiți castraveții scobiți. Se introduc în cuptor și se taie pînă cînd se rumenesc pe deasupra.

858. **Gulii sote cu unt**

Pentru 6 porţii: *12 gulii mici sau 6 mijlocii, 120 g unt, 30 g zahăr.*

Se curăţă guliile, se spală şi se taie în felioare ca de mandarine. Într-o cratiţă cu capac se pune untul, se adaugă guliile şi puţină apă caldă, se acoperă şi se înăbuşă la foc mic pînă devin moi. Între timp, se scutură cratiţa, iar dacă lichidul a scăzut se mai adaugă din cînd în cînd cîte puţină apă. Se adaugă sare şi zahăr, după gust. Se servesc ca un fel de mîncare.

859. **Gulii cu smîntînă**

Se prepară la fel ca şi guliile cu unt, adăugîndu-se şi 100—200 g smîntînă.

860. **Gulii pane**

Pentru 6 porţii: *6 gulii, 60 g unt, 2-3 ouă, făină, pesmet, ulei pentru prăjit.*

Guliile curăţate se taie în felii cu grosimea de circa 1 cm şi se fierb înăbuşit cu puţină apă şi cu unt pînă se înmoaie, apoi se scurg bine, se dau prin făină, prin ou bătut, la urmă prin pesmet şi se prăjesc bine pe ambele părţi în ulei înfierbîntat, pînă capătă culoare aurie.

861. **Mîncare de gulii**

Pentru 6 porţii: *1 kg gulii, 200 g ceapă, 30 g bulion de roşii, sau 500 g roşii, 100 ml ulei, 20 g zahăr, sare.*

Se aleg gulii tinere, se curăţă, se taie ca feliile de mandarine şi se prăjesc puţin în ulei încins. Se prăjesc pe rînd, se scot în alt vas, iar în uleiul rămas se prăjeşte ceapa tăiată foarte mărunt pînă se îngălbeneşte, după care se adaugă bulionul de roşii sau roşiile curăţate de pieliţă şi de seminţe. Se stinge cu 1/2 l de apă caldă şi se lasă să dea în cîteva clocote, se adaugă guliile prăjite, sare şi zahăr, după gust, şi se lasă din nou să dea în cîteva clocote, după care se introduce vasul în cuptor pînă sînt gata guliile.

862. **Gulii umplute cu orez**

Se aleg 12 gulii tinere şi de aceeaşi mărime, se curăţă, se scobesc şi se umplu cu o compoziţie de orez preparată astfel: 100 g ceapă se taie mărunt şi se călesţe în 100 ml ulei. Cînd ceapa se îngălbeneşte, se adaugă 200 g orez ales, spălat şi scurs. Se prăjeşte orezul 5—6 min, după care se adaugă 30 g bulion de roşii şi se stinge cu 1/2 l apă clocotită. Se potriveşte de sare şi de piper, după gust, se adaugă o legătură de mărar tăiat mărunt, se amestecă şi se lasă pe foc domol să fiarbă acoperit 20—30 min, după care compoziţia este bună pentru umplerea guliilor. După ce se umplu, guliile se aşază într-o tavă care se umple cu sos de roşii (v. reţeta 197) sau cu sos de smîntînă (v. reţeta 174) şi se introduce la cuptor sau se lasă să fiarbă pe plită pînă cînd se înmoaie guliile.

863. Praz înăbuşit

Pentru 6 porţii: *1 kg praz, 75 g unt, 50 g caşcaval, 300 g smîntînă, sare, piper, făină, pesmet, unt pentru uns tava.*

Se curăţă prazul, se spală şi se taie în bucăţi de 5—6 cm. Se foloseşte numai partea albă. Se opăreşte cu apă clocotită cu sare, apoi se scurge de apă şi se pune la brezat (înăbuşit) într-o cratiţă cu unt şi puţină apă, acoperită cu capac. Între timp, se scutură cratiţa şi dacă este nevoie se mai adaugă apă caldă. Se ţine pe foc pînă ce prazul este fiert. Se adaugă sare, piper, smîntîna amestecată cu o lingură de făină, se amestecă totul şi se pune într-o formă sau într-o tavă unsă cu unt şi presărată cu griş sau cu pesmet. Se nivelează compoziţia şi se presară cu caşcaval ras. Se stropeşte cu unt pe deasupra şi se introduce în cuptor unde se lasă pînă se rumeneşte.

864. Praz cu măsline

Pentru 6 porţii: *1 kg praz, 100 g măsline, 300 g ceapă, 100 ml ulei, 30 g bulion de roşii, 50 ml vin, verdeaţă, oţet, sare.*

Prazul, curăţat şi spălat, se taie în bucăţi de 5—6 cm şi se opăreşte în apă cu sare. După ce s-a scurs de apă, se călеşte în o parte din ulei. În restul de ulei se călеşte ceapa tăiată mărunt, iar după ce s-a rumenit puţin se adaugă bulionul de roşii şi se stinge cu vin, oţet şi apă după nevoie. Se adaugă măslinele opărite şi scurse de apă, după care se fierbe mîncarea pe plită sau se introduce în cuptorul încins, pentru 10 min, să se rumenească.

Mîncarea se serveşte caldă sau rece, cu felii de lămîie şi presărată cu verdeaţă deasupra.

865. Plachie de praz

Se pregăteşte la fel ca în reţeta anterioară, măslinele înlocuindu-se cu mai multă ceapă prăjită, iar la urmă se adaugă cîţiva căţei de usturoi tocat. Se acoperă mîncarea cu roşii tăiate felii şi se introduce în cuptor să se rumenească.

866. Pilaf de praz

1 kg praz, 200 g orez, 100 g unt, 200 g roşii, sare, piper.

Prazul se curăţă, se spală şi numai partea albă se taie în rondele mici care se călesc în jumătate din unt. În restul de unt se călеşte orezul care trebuie numai încins, fără să se prăjească, după care se stinge cu apă clocotită, în cantitate de 3 ori volumul orezului. Se adaugă apoi prazul călit, roşiile curăţate de pieliţă şi de seminţe şi tăiate în bucăţi, sare şi piper. Se lasă să dea într-un clocot şi se introduce în cuptor cu uşa cuptorului deschisă, unde se ţine pînă ce orezul s-a umflat bine şi a absorbit toată zeama. Se serveşte cu caşcaval ras presărat pe deasupra şi cu sos de roşii (v. reţeta 197).

867. **Praz umplut cu orez**

Pentru 6 porţii: *12 fire de praz, 200 g orez, 120 ml ulei, sare, piper, 1 legătură de verdeaţă, sos de roşii.*

Se alege praz gros şi se taie în bucăţi de 12 cm care se opăresc în apă clocotită cu sare. Se scoate miezul, lăsînd numai cîte 2 foi exterioare, rezultînd astfel tubuleţe care se umplu cu orezul pregătit astfel: miezul de praz se taie mărunt, se pune la prăjit într-o cratiţă cu o parte din ulei şi cînd s-a prăjit puţin se adaugă orezul spălat şi scurs bine de apă. Se căleşte orezul 5—6 min, după care se stinge cu 1/2 l de apă clocotită, se sărează şi se piperează după gust, se amestecă şi se lasă să fiarbă pînă se umflă bine orezul. Cu orezul astfel preparat se umplu tubuleţele de praz, se leagă cîte 5—6 împreună, se tăvălesc prin făină cu partea umplută şi pe aceeaşi parte se prăjesc în ulei încins, pînă se formează o crustă, după care se procedează la fel şi cu celălalt capăt. Cînd s-au prăjit pe rînd toate capetele, se dezleagă şi se prăjesc puţin şi lateral (în lungime), numai cît să se coloreze puţin. Se aşază tuburile umplute într-o tavă unsă cu ulei, se toarnă peste ele sos de roşii şi se introduc în cuptorul încins pentru 20 min. Se poate adăuga în sos puţină smîntînă. La servire se presară cu verdeaţă tăiată mărunt.

868. **Plăcintă de praz**

Pentru 6 porţii: *600 g praz (5-6 fire), 100 g unt, 300 g brînză, 3-4 ouă, 2-3 linguri de smîntînă groasă, sare, piper, 1 lingură griş sau pesmet.*

Se taie partea albă a prazului, se curăţă, se spală, se taie în rondele subţiri şi se pune la călit într-o cratiţă cu o parte din unt. Se acoperă cratiţa şi din cînd în cînd se amestecă pînă ce rondelele încep să se îngălbenească, după care se pun la o parte să se răcească. Între timp, într-un castron se pun gălbenuşurile cu puţină sare, 20—30 g zahăr şi se freacă 5—6 min, se adaugă 2—3 linguri de smîntînă groasă, prazul călit, brînza telemea rasă, sare şi piper, după gust. Se amestecă bine şi la urmă se adaugă în compoziţie albuşurile bătute spumă. Se aşază totul într-o tavă unsă cu unt şi presărată cu griş sau cu pesmet. Se netezeşte compoziţia şi se stropeşte cu restul de unt topit, apoi se introduce în cuptor. Se coace pînă se rumeneşte.

869. **Plăcintă de praz în foi de plăcintă**

Se prepară la fel şi cu aceleaşi componente ca în reţeta precedentă. Tava în care se pune compoziţia de praz se unge cu unt şi se căptuşeşte cu foi de plăcintă din comerţ sau pregătite în casă (v. reţeta 1429).

Aşezarea foilor. Se ia tava de plăcintă, se unge cu unt, se aşază cîte o foaie pe toată suprafaţa tăvii (în total 5—6 foi), fiecare foaie ungîndu-se (cu o pană) cu ulei amestecat cu unt topit, înainte de a pune foaia următoare deasupra. Peste ultima foaie (a cincea sau a şasea) se întinde compoziţia de praz şi apoi deasupra se aşază din nou foi de plăcintă care se ung. Ultima foaie trebuie să fie întreagă, ca să acopere toată suprafaţa şi se unge bine cu unt. Se introduce plăcinta în cuptor şi se coace pînă se rumeneşte.

10.18. PREPARATE DIN SPANAC

870. **Piure de spanac cu smîntînă**

Pentru 6 porţii: *1 kg spanac, 75 g unt, 50 g făină, 1/4 l lapte, sare, 100 g smîntînă, 1 linguriţă de zeamă de lămîie.*

Spanacul se curaţă, se spală în mai multe ape şi se pune la fiert 8—10 min în apă clocotită cu sare. Se strecoară, se trece prin apă rece şi se lasă în strecurătoare. După ce s-a scurs bine se trece prin sită sau se dă prin maşina de tocat. Se pune o cratiţă cu puţin unt pe plită, se adaugă făina, se lasă pînă începe să se coloreze puţin şi se pune spanacul, se amestecă 5—6 min, după care se adaugă laptele fierbinte. Se adaugă sare, zeamă de lămîie, eventual şi piper, smîntîna se lasă să dea în fiert.

Se serveşte cu ochiuri şi cu frigănele, stropindu-se cu unt proaspăt topit.

871. **Piure de spanac cu usturoi**

1 kg spanac, 60 ml ulei, 50 g făină, 1/4 l de lapte sau zeamă în care a fiert spanac, sare, piper, usturoi.

Spanacul se fierbe la fel ca în reţeta precedentă, iar după ce a fost trecut prin sită, se pune într-o cratiţă în care s-a rumenit în prealabil puţină făină. Se călesc împreună 5—6 min, după care se adaugă laptele sau zeama de spanac. Se adaugă sare, piper, usturoiul pisat şi, după gust, oţet sau zeamă de lămîie, apoi se lasă să dea într-un clocot.

Se serveşte ca garnitură la ochiuri, la cartofi fierţi natur, sau cu frigănele.

872. **Mîncare de spanac**

1 kg spanac, 200 g ceapă, 100 ml ulei, 50 g bulion de roşii, 300 g roşii, 30 g usturoi, sare, oţet, piper.

Spanacul se pregăteşte la fel ca în reţeta 870, dar nu se trece prin sită, ci se pune pe un fund (tocător) de lemn şi se taie cu cuţitul (nu prea mărunt). Între timp, se taie ceapa mărunt şi se pune la călit într-o cratiţă cu ulei înfierbîntat şi se lasă pînă începe să se coloreze puţin, se adaugă bulion de roşii, usturoi tocat mărunt şi împreună se mai călesc 3—4 min, după care se stinge cu puţin oţet şi cu zeamă în care a fiert spanacul. Se adaugă spanacul tăiat potrivit, roşiile curăţate de pieliţă şi de seminţe, sare, piper şi împreună se lasă să dea în fiert 2—3 min, apoi se serveşte.

873. **Spanac gratinat**

Pentru 6 porţii: *1,500 kg spanac tînăr, 600 g foi de clătite, 100 g unt, 150 g smîntînă, 60 g făină, 60 g caşcaval ras, 1 ou, sare.*

Spanacul se curăţă şi se prepară la fel ca în reţeta 870, iar foile de clătite ca în reţeta 338. Într-o cratiţă se încălzeşte jumătate din unt, se adaugă făina şi se călesţe 3—4 min, după care se adaugă spanacul, smîntîna (100 g), sare şi se amestecă pe foc pînă dă în fiert, apoi se ia de pe foc.

Din clătitele preparate dinainte se opresc numai 2—3, restul se taie potrivit şi se amestecă cu spanacul. Se unge apoi o formă cu unt, se pune

în ea o foaie de clătită, peste care se așază compoziția de spanac preparată așa cum s-a arătat mai înainte, se nivelează, se acoperă cu o foaie din clătitele oprite și deasupra se toarnă restul de smîntînă bătută cu ou. Se presară cu cașcaval ras și se introduce în cuptor, lăsînd să se coacă pînă se rumenește.

874. **Omletă cu spanac**

Vezi rețeta 273, „Omletă cu piure de spanac".

875. **Pilaf de spanac**

1 kg spanac, 100 g ceapă, 250-300 g orez, 100 g unt sau ulei, 60 g unt, sare, piper.

Spanacul se curăță, se spală în mai multe ape și se pune la fiert, 5—6 min, în apă clocotită cu sare. Se strecoară, se trece prin apă rece și se lasă în strecurătoare să se scurgă. Separat, într-o cratiță cu ulei, se călește ceapa tăiată mărunt și cînd aceasta s-a rumenit se adaugă orezul spălat și bine scurs, călindu-se împreună 5—10 min, după care se stinge cu zeamă de la fiertul spanacului sau cu apă fiartă, socotindu-se la o parte orez 3 părți lichid. Se adaugă apoi spanacul tocat, sare, piper, se amestecă totul ușor și se introduce în cuptor la foc mic, pe o cărămidă și cu ușa cuptorului deschisă. Pilaful este gata în 20—25 min. Se servește cu unt cald deasupra sau cu cașcaval ras.

La servire, pilaful va avea un aspect mai frumos, dacă se pune într-o ceașcă mai mare cu gura mai largă și unsă bine cu unt topit, se presează, după care se răstoarnă pe un platou încălzit sau pe farfuria în care se servește la masă.

10.19. PREPARATE DIN VARZĂ

876. **Varză murată călită**

1 kg varză murată, 60 ml ulei, cîteva boabe de piper.

Dacă varza murată este prea acră, se pune la dezacrit în apă rece, cîteva ore, după care se spală, se stoarce bine, se taie cît se poate de subțire și se stoarce iar bine, cu mîna, apoi se pune într-o cratiță sau în tavă, cu ulei încins. Se adaugă piper boabe și se călește pe plită sau în cuptor, amestecîndu-se din cînd în cînd, pînă se înmoaie și se rumenește. La urmă, pentru a se colora puțin, se poate adăuga bulion de roșii sau pastă de ardei grași, cîteva roșii curățate de pieliță și de semințe sau o linguriță de boia roșie.

877. **Varză dulce călită cu smîntînă**

1-2 verze dulci, 60 ml ulei, 100 g smîntîna..

Varza dulce se taie, se freacă cu sare și se lasă 10—15 min, dupa care se stoarce și se pune la călit cu ulei încins. Se amestecă din cînd în cînd și cînd este gata se adaugă smîntîna.

878. **Varză cu tăiței**

1-2 kg varză dulce sau murata, 300 g tăiței tăiați mai gros, sare, piper. 15 g unt.

Se prepară la fel ca varza călită, iar cînd este gata se adaugă tăiteii fierți, se amestecă, se potrivește de sare și se piper pisat, după care se poate introduce în cuptor pentru 10—15 min.

879. **Sarmale de varză dulce cu orez și stafide**

1-2 căpățîni de varză dulce, 250 g orez, 100 g stafide, 200 ml ulei, 100 g ceapă, 2 legături de mărar, smîntînă, sare.

Se curăță varza, se opărește, se detașează foile îndepărîndu-se nervurile principale. Între timp, se prepară orezul astfel: se taie ceapa mărunt și se prăjește în jumătate din cantitatea de ulei. Cînd se îngălbenește se adaugă orezul ales, spălat și scurs de apă. Se lasă să se prăjească puțin, se stinge cu jumătate din cantitatea de bulion de roșii și cu apă clocotită în cantitate de două ori mai mare decît orezul; se amestecă, se adaugă piper, sare și se lasă la fiert sau se introduce în cuptor, unde se înăbușă 20—25 min. Separat, se călește în ulei restul de ceapă, se adaugă restul de bulion de roșii și se stinge cu 1/2 l de apă. Se adaugă restul de varză rămasă de la alesul foilor, tăiată cît mai subțire, se lasă să dea în 2—3 clocote, după care o parte din ea se așază în cratița în care urmează să se așeze sarmalele. Orezul, după ce este gata, se scoate din cuptor, se adaugă stafidele alese și opărite, mărarul tăiat mărunt, piper pisat și sare, după gust. Se amestecă și se fac apoi sarmalele, înfășurînd cîte puțină compoziție de orez în foile de varză alese dinainte. Sarmalele se așază în cratița pregătită așa cum s-a arătat înainte (cu varză tocată la fund), peste ele se pune restul de varză (peste sarmale se poate pune și un rînd de roșii tăiate felii), se toarnă puțină apă (astfel ca la fiert, cînd sarmalele se umflă, să nu dea zeama afară) și se pun la foc. După ce au dat în fiert, se introduce cratița în cuptor, unde se lasă să fiarbă la foc slab, pînă ce varza este gata. Între timp, dacă zeama scade prea mult, se mai poate adăuga apă sau zeamă de varză. Se servesc cu smîntînă.

880. **Varză creață pane**

1,5 kg varză creață, 100 g pesmet, 2-3 ouă, 100 g făină, sare, piper, ulei pentru prăjit.

Se curăță varza, se pune într-un vas, se presară cu sare și se toarnă apă clocotită, se acoperă și se fierbe 10—20 min. Se scurge și se presează varza să iasă toată apa, se taie în felii de 40—50 g, se presară cu sare și piper, se strînge ca să capete forma de prîjoale, acestea se dau prin făină, ou și pesmet și se prăjesc în grăsime înfierbîntată. Se țin la prăjit pe foc mic, mai mult timp, să se pătrundă bine. După ce s-au prăjit pe ambele părți se țin acoperite la gura cuptorului 10 min.

881. **Varză clujeană vegetariană**

2 kg varză acră sau dulce, 300 g orez, 200 ml ulei, 200 g ceapă, 50 g bulion de roșii, 200-300 g smîntînă, piper, sare.

Dacă se folosește varză acră, se ține mai întîi în apă rece 2—3 ore pentru dezacrit, apoi se taie foarte subțire. Dacă se prepară din varză dulce, aceasta se taie foarte subțire și se lasă 10—20 min cu sare, după care se stoarce de zeamă, se pune într-o cratiță cu uleiul înfierbîntat și se călește pe foc tare, timp de 5—6 min, amestecîndu-se pînă se înmoaie. Se împarte varza călită în trei: o parte se lasă la fundul cratiței, se netezește

bine, se pune deasupra un strat de orez (care a fost pregătit astfel: se toacă ceapa mărunt, se prăjește cu o parte din uleiul prevăzut, se adaugă orezul, bulionul de roșii, se stinge cu 400 ml apă clocotită, se potrivește de sare și de piper și se amestecă pînă dă în fiert, după care se acoperă cu capac și se lasă pe foc domol 10 min, apoi se folosește), apoi din nou un strat de varză și unul de orez, ultimul strat trebuind să fie de varză. Peste acesta din urmă se toarnă smîntîna, se introduce în cuptorul încins și se ține 1 oră.

882. **Varză acră cu măsline**

1 kg varză acră, 200–300 g măsline, 100 ml ulei, 100 g ceapă, piper sau boia de ardei.

Se desărează varza dacă este prea sărată sau se dezacrește dacă este prea acră, lăsîndu-se în apă rece 2—3 ore, după care se scurge și se taie cît mai subțire. Între timp, se pun și măslinele la desărat în apă caldă. Separat, într-o cratiță cu ulei, se pune la călit ceapa tăiată mărunt, se rumenește puțin, se adaugă boia și se stinge cu 1—2 pahare de apă. Se adaugă varza tăiată, măslinele, se acoperă cratița cu un capac și se lasă să fiarbă domol pînă ce varza este gata. La urmă, se introduce cratița descoperită în cuptorul încins și se lasă pînă scade zeama potrivit. Se servește rece sau caldă, cu măsline pe deasupra.

883. **Mîncare de varză murată**

1 kg varză, 100 ml ulei, 100 g ceapă, 500 g roșii, 5–6 ardei grași.

Ceapa se taie mărunt și se pune la călit în ulei; cînd s-a călit puțin se adaugă ardeii grași tăiați felii, varza tăiată mărunt, 1—2 pahare de apă, se acoperă cratița și se fierbe 1 oră. Apoi se descoperă cratița, se pun pe deasupra roșiile curățate de pieliță și tăiate în bucăți și se introduce mîncarea în cuptor, unde se mai ține 20—30 min, după care se poate servi.

884. **Vărzări moldovenești**

Pentru aluat: *1 kg făină, 3–4 ouă, 1 ceașcă (circa 300 ml) de lapte. 50 ml ulei sau unt, sare, zahăr, 50 g drojdie.*

Pentru umplutură: *1 kg varză murată, 100 ml ulei, piper.*

Făina se cerne într-un lighean, apoi se face în ea o gropiță, la mijloc, în care se pune drojdia înmuiată cu puțin lapte călduț, amestecînd pînă se face ca o smîntînă, după care se acoperă cu un prosop încălzit și se ține la loc călduț, pînă începe drojdia să spumeze și să se ridice. Se adaugă apoi ouăle bătute cu puțină sare, margarina sau untul, zahărul și se amestecă adăugînd în acest timp restul de lapte călduț, cît înghite făina. Se obține astfel o cocă ca pentru cozonac. (În loc de lapte se poate întrebuința apă călduță.) Se frămîntă pînă ce aluatul se desprinde de pe mîini și de pe vas, după care se pune la loc călduț să crească. Cînd aluatul s-a înălțat de două ori față de înălțimea inițială, se împarte în două și din fiecare parte se întinde cîte o foaie. Se taie pătrate cu latura de 15—16 cm și pe mijlocul acestora se împarte umplutura de varză pregătită ca în rețeta 886. Fiecare colț al pătratului de aluat se adună spre mijloc în formă de plic, strîngîndu-se marginile cu degetele, ca să se lipească aluatul, să nu iasă varza. Se ung vărzările cu ou bătut, se așază pe o tavă unsă și se lasă la un loc călduț (fără să se încălzească tava sub ele), pentru 10—15 min, sa

crească. Se coc apoi în cuptor pînă se rumenesc frumos. Se consumă ca gustări calde sau reci, la vin etc.

885. **Pilaf de varză dulce**

1,5 kg varză dulce (de preferat varză creață), 250-300 g orez, 100 g unt sau untură, 2-3 ardei grași, cîteva roșii, 1 ceapă mare, sare, piper.

Varza se taie subțire, se freacă cu puțină sare și se lasă la o parte. Ceapa se taie mărunt și se pune la călit în untură 5—6 min, după care se adaugă varza stoarsă bine și se călesc împreună circa 10 min, apoi se adaugă ardeii grași tăiați mărunt, se stinge cu 1 l de supă de oase sau cu apă caldă și se lasă să dea în fiert. După aceea se adaugă orezul spălat, se amestecă, se potrivește de sare, piper pisat, deasupra se pun roșiile tăiate în felii, se acoperă cu un capac și se înăbușă pe foc foarte domol pînă se umflă orezul, sau se introduce pilaful în cuptor pentru 10—20 min.

886. **Varză dulce sau varză murată pentru umplutură**

1,5 kg varză dulce sau 1 kg varză (1 căpățînă) murată, 100 g untură, 200 g ceapă, 1 g piper pisat, sare, după gust.

Dacă se folosește varza murată aceasta se spală în apă călduță, se taie căpățîna în patru și se pune la fiert pînă este gata. Dacă se folosește varză dulce, căpățînile se opăresc în apă clocotită cu puțină sare. Se taie apoi nervurile groase de pe dosul fiecărei frunze, se storc frunzele bine și se taie cît se poate de subțire. Între timp, se taie ceapa foarte mărunt și se pune la călit cu untură sau cu ulei, se adaugă varza tăiată și stoarsă bine din nou și împreună se călesc pînă se vor prăji puțin. La urmă se adauga, după gust, sare și piper pisat. Se folosește ca umplutură la diverse preparate.

10.20. PREPARATE DIN VINETE

887. **Vinete pane**

Pentru 6 porții: 0,600-1,00 kg vinete, 100 g pesmet, 2-3 ouă, făină, ulei pentru prăjit, sare.

Vinetele pentru pane nu se curăță complet. Se taie vinetele de-a lungul în felii groase de 1 cm, se presară cu sare și se lasă 20—30 min să se scurgă de zeama amăruie, presîndu-se la urmă ușor cu mîna fiecare felie, ca să se scurgă zeama mai bine din ele. Se trec bucățile prin făină, ou bătut și pesmet cernut și se prăjesc pe ambele părți în ulei înfierbîntat.

888. **Vinete simple pane**

1-2 kg vinete, 100 g făină, ulei pentru prăjit.

Vinetele se pregătesc la fel ca în rețeta anterioară, cu deosebirea că, înainte de a fi prăjite, feliile de vinete se trec numai prin făină și apoi se pun pe rînd la prăjit în ulei bine înfierbîntat, prăjindu-se pe ambele părți.

889. **Vinete dublu pane**

1 kg vinete, 100 g unt, 100 g caşcaval, 2-3 ouă, făină, pesmet şi ulei pentru prăjit.

Se curăţă vinetele, din loc în loc, de coajă, apoi se taie de-a lungul în felii groase de circa 1 cm, se presară cu sare şi se lasă 20—30 min să se scurgă zeama amăruie. După ce se scurg, se presează feliile uşor în mînă una cîte una, ca să se scurgă şi restul de zeamă din ele, se trec prin făină (numai prin făină) şi se pun la prăjit pe rînd. Feliile prăjite se pun răsfirate pe un platou plat şi după ce s-au răcit se trec prin caşcaval ras, ouă bătute, apoi prin pesmet şi se prăjesc din nou pe rînd pe ambele părţi, în ulei înfierbîntat.

890. **Vinete gratinate**

5-6 vinete, 300 g brînză, 50 g caşcaval, 2-3 ouă, 100 g făină, 50 g unt, 100 g smîntînă, sare, pesmet, ulei pentru prăjit.

Vinetele se taie în felii lungi, se sărează, se trec prin făină şi se prăjesc în ulei. Se unge o tavă, se presară cu pesmet şi se aşază alternativ un strat de vinete, un strat de brînză, ultimul rînd trebuind să fie de vinete. Apoi, din gălbenuşurile amestecate cu 1—2 linguri făină, smîntînă şi albuşurile bătute spumă, se prepară un sos care se toarnă peste vinete, se presară cu caşcaval ras şi se introduce tava în cuptor la foc potrivit, pînă se gratinează vinetele deasupra.

891. **Vinete cu roşii la cuptor**

6 vinete, 1 kg de roşii, 100 g caşcaval, 150 ml ulei, 50 g făină.

Se taie vinetele în felii lungi, se opăresc în apă cu sare, se şterg, se dau prin făină şi se prăjesc pe rînd. Cînd sînt gata, se aşază într-o tavă unsă şi presărată cu pesmet, iar peste ele se aşază felii de roşii cărnoase, fără coajă, se presară cu pesmet şi cu caşcaval ras, se stropesc cu unt topit şi se introduc în cuptor să se gratineze.

892. **Chiftele de vinete**

1 kg vinete, 150 g ceapă, 100 g franzelă, 2 ouă, 200 ml ulei, 100 g făină, sare, piper.

Vinetele, tăiate felii, se dau prin făină şi se prăjesc pe ambele părţi, fără să se ardă. Cînd s-au răcit se toacă, se adaugă ceapă tăiată mărunt, călită şi bine scursă de grăsime, ouăle, piper, franzela înmuiată în apă. Se amestecă totul bine şi din compoziţia rezultată se fac chifteluţe mici care se dau prin făină şi se prăjesc în ulei înfierbîntat, pe ambele părţi, pînă ce se rumenesc puţin.

893. **Tocană de vinete**

5-6 vinete (depinde de mărime), 300 g ceapă, 500 g roşii, 100 ml ulei, 1 căpăţînă de usturoi, piper, sare.

Vinetele se taie (cu un cuţit inoxidabil) în bucăţi şi se opăresc în apă cu sare, apoi se scurg şi se prăjesc, pe rînd, în ulei, după care în acelaşi ulei se prăjeşte ceapa tăiată mărunt. Cînd ceapa s-a rumenit, se adaugă usturoiul tocat, vinetele, roşiile curăţate de pieliţă, apă caldă, piper, sare, se lasă să dea într-un clocot, după care se introduce cratiţa în cuptor şi se ţine pînă ce scade mîncarea şi se rumeneşte pe deasupra.

11. *PREPARATE DIN OREZ, GRÎU, ARPACAŞ, HRIŞCĂ, GRIŞ*

11.1. PREPARATE DIN OREZ

Orezul se alege bob cu bob, apoi se spală în 2—3 ape şi se lasă în strecurătoare să se scurgă bine de apă. Se pune la fiert în apă cu puţină sare care este aproape să dea în clocot. Se amestecă la început de cîteva ori pe foc tare, pînă dă în fiert, apoi se slăbeşte focul, sau se trage vasul cu orez la temperatură potrivită, se acoperă cu un capac şi nu se mai amestecă; altfel se zdrobeşte bobul şi în loc de orez fiert rezultă o pastă de orez.

Orezul pentru fiert, fie cu lapte fie cu apă, se socoteşte cam 100 g la 500—600 ml lichid, iar pentru pilaf, budincă, diferite umpluturi de orez, sau pentru orice mîncare se socoteşte 100 g la 250—300 ml apă sau alt lichid (supă de legume, de oase etc.).

Prăjirea orezului. Orezul se toarnă într-o cratiţă cu grăsime înfierbîntată şi se călеşte amestecînd cu o lingură de lemn 3—4 min, după care se stinge fie cu vreo supă, fie cu apă, dar cu măsură — socotind la o ceaşcă de orez 3 cești de lichid clocotit. Apoi se potriveşte de sare şi se dă roată, cu o lingură de lemn, de două-trei ori, pe fundul cratiţei. După ce orezul a dat în fiert, se trage vasul pe foc domol, se acoperă cu un capac şi se lasă să se înăbuşe 20—30 min.

Atît adăugarea de lichid în plus sau în minus, cît şi prelungirea fierberii sau înăbuşirii sînt în dauna calităţii orezului.

894. Orez cu lapte

200-300 g orez, 1 1/4 l lapte, 150-200 g zahăr, 1 plic zahăr vanilat, scorţişoară, coajă de lămîie, sare.

Orezul se alege, se spală şi se pune la fiert în apă. Cînd este pe jumătate fiert, se scurge de apă dacă are în plus şi se adaugă laptele fiert cu puţină sare, zahărul vanilat şi coajă de lămîie. Se mai amestecă de cîteva ori pînă dă în fiert şi se ţine acoperit pe marginea plitei 10—15 min.

Se serveşte cu scorţişoară pisată, presărată pe deasupra sau cu dulceaţă.

895. Orez cu lapte şi ciocolată

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, folosind aceleaşi componente şi cantităţi. Cînd orezul este fiert se aranjează pe un platou rotund şi se presară deasupra cu ciocolată rasă pe răzătoarea cu găuri mari.

896. Orez cu pere și frișcă

200 g orez, 1 l lapte, 300 g frișcă, 50 g zahăr, 1 plic zahăr vanilat, 6 jumătăți de pere însiropate, 400 g zahăr pentru sirop.

Întîi se însiropează perele astfel: se curăță perele, se taie în două, scoțîndu-se porțiunea cu sîmburi și se fierb în apă pînă se înmoaie puțin. Se scurg de apă și se toarnă deasupra apă rece, lăsîndu-le 10—20 min, după care se scurg din nou bine de apă și se pun într-o cratiță. Se toarnă peste ele un sirop bine legat, preparat din 400 g zahăr și 1 pahar de apă și se lasă să fiarbă circa 5—6 min, după care se scot și se lasă să se răcească.

Orezul se alege, se spală, se fierbe în apă 5—6 min, se scurge de apă, după care se pune în lapte fierbinte. Se adaugă zahărul vanilat, siropul rămas de la pere și se amestecă ținîndu-se pe foc pînă dă în fiert. Apoi se trage vasul pe foc domol, se lasă să mai fiarbă pînă se îngroașă puțin, după care se dă deoparte și se lasă să se răcească. După ce s-a răcit, orezul se așază pe un platou rotund, se garnisește cu perele însiropate, așezate în picioare împrejurul orezului, iar deasupra se șprițuiește cu frișca bătută cu 50 g zahăr.

897. Orez cu mere

200 g orez, 200 g zahăr, 1 kg mere, coajă de lămîie, scorțișoară, 1 plic zahăr vanilat, sare.

Se pun la fiert 1 1/4 l apă cu zahăr, coajă de lămîie și cîteva coji de scorțișoară. Cînd apa a dat în fiert, se adaugă mere curățate de coajă, tăiate felii și după primul clocot se adaugă orezul ales și bine spălat. Se amestecă de cîteva ori pentru ca să se încorporeze merele în orez, se adaugă zahărul vanilat, se acoperă și se ține pe foc mai domol pînă se fierbe orezul. Se servește ca desert, cald sau rece. Se poate servi și cu sirop de fructe sau de la dulceață.

898. Orez cu frișcă imitată (desert delicios)

200 g orez, 1 l lapte, 300 g zahăr, 100 g unt, 2 ouă, 300 g fragi, căpșune sau zmeură, 1/4 lămîie.

Orezul se fierbe la fel ca în rețeta 896. Cînd este aproape fiert se adaugă 150 g zahăr și se lasă să mai fiarbă pînă scade potrivit. Se dă apoi la o parte, se adaugă treptat cîte o bucățică de unt, se amestecă și la urmă se mai adaugă 2 gălbenușuri. După ce s-a răcit se pune în mici castronașe sau compotiere și se garnisește cu frișcă sau cu imitație de frișcă (albușuri bătute spumă cu fructe) care se prepară astfel: se toarnă albușurile într-un castron bine uscat și răcit, se bat cu telul pînă spumează, se adaugă o lingură de zeamă de lămîie și se bat în continuare adăugînd cîte puțin zahăr, iar la urmă se adaugă jumătate din fragi (cele mai coapte) trecute prin sită. Se garnisește orezul pe deasupra cu compoziția de albuș, iar peste aceasta se așază restul de fragi sau de fructe pe care le avem la îndemînă. Pînă la servire orezul se ține la rece și trebuie consumat în cîteva ore, altfel albușurile se lasă.

899. Orez cu caise

300 g orez, 100 g unt, 1 kg caise coapte, 200 g zahăr, 1 l lapte, 3 gălbenușuri, 200 g zahăr pudră, 1 plic zahăr vanilat, sare.

Orezul ales se spală în 2—3 ape și se pune la fiert în 2 l apă. După ce fierbe 5 min se strecoară, se clătește cu apă ca să se îndepărteze amidonul și se pune într-un vas cu laptele fierbinte. Se adaugă puțină sare, zahărul vanilat, se acoperă și se lasă pe foc foarte moale să fiarbă lent 10—15 min.

Între timp, se spală caisele, se șterg cu un prosop, se taie în două, se scot sîmburii și se așază pe rînd într-o cratiță. Separat se prepară un sirop astfel: se pun pe foc într-un vas 200 g zahăr și $^1/_2$ l apă, amestecînd pînă dă în fiert, apoi se răstoarnă peste caise și se lasă să fiarbă împreună pe foc moale 10—15 min, după care se lasă să se răcească.

Revenind la orez, într-un castron se pun gălbenușurile cu zahărul pudră și se freacă 5—6 min, se adaugă unt moale și, pe rînd, cîte puțin din orezul fiert. Se amestecă bine după care se așază într-o formă rotundă sau într-o cratiță udată cu apă sau unsă cu unt, punîndu-se alternativ un strat de orez și unul de caise (din care cele mai frumoase se opresc pentru ornat), astfel ca ultimul rînd să fie de orez. Se nivelează compoziția apăsînd ușor și se duce la rece sau se pune în frigider pentru 2—3 ore.

La servire se răstoarnă pe platou rotund și se garnisește pe deasupra cu restul de caise oprite și cu sirop dacă a mai rămas.

900. **Orez cu struguri tămîioși (mîncare)**

1,200 kg struguri tămîioși, 300 g orez, 150 g unt, 50 g făină, 100 ml lichior de vișine, 50 ml coniac.

Strugurii se spală, se aleg boabele, se pun într-o tavă smălțuită și unsă cu unt și se introduc în cuptorul bine încins. Se țin 10 min, după care se adaugă sosul pregătit astfel: se pun 50 g unt cu făina într-o cratiță pe foc și se amestecă pînă se încing, apoi se stinge cu 300 ml apă și se amestecă din nou pînă dă în clocot, după care se răstoarnă peste struguri. Se adaugă lichiorul de vișine și coniacul și se mai dă într-un clocot. Se servește ca garnitură la pilaf de orez. Pilaful se prepară la fel ca în rețeta 901.

901. **Orez cu portocale (mîncare)**

200-250 g orez, 600 g portocale, 100 ml vin, 50 ml coniac, 150 g unt, sare.

Se curăță portocalele de coajă, iar cojile se taie subțire ca tăițeii și se pun la fiert cu apă. După 2—3 clocote se scurg de prima apă care este amară, se pun din nou cu apă și se lasă să fiarbă pînă ce devin moi. Miezul de portocale se desface în felii, se așază într-o tavă smălțuită și unsă cu unt care se introduce în cuptorul bine încins. Se țin 10 min, după care se sting cu vin, se adaugă cojile de portocală fierte, bine scurse, zahărul caramelizat stins și coniacul. Se acoperă și se mai dau într-un fiert.

Între timp, se prepară pilaful de orez astfel: se alege orezul, se spală, se scurge bine de apă și se pune cu 100 g de unt la prăjit. Cînd orezul s-a încins (fără să fie prăjit) se stinge cu apă clocotită (de trei ori cantitatea de orez). După ce orezul s-a stins și a dat în fiert, se introduce în cuptor sau se ține pe marginea plitei 20—30 min, acoperit cu un capac. Pilaful se servește în cești sau castronașe unse cu unt care apoi se răstoarnă pe un platou. Se garnisește cu portocale împrejur, iar sosul de la ele se toarnă peste orez. Se servește cald.

902. **Orez cu stafide, desert**

300 g orez, 100 g unt, 250 g stafide, 300 g zahăr, 1 plic zahăr vanilat, sare, 1 l lapte, coajă de lămîie.

Orezul ales se spală în cîteva ape și se pune la fiert în 2 l de apă. După ce fierbe 5 min se strecoară, se clătește cu apă ca să se îndepărteze amidonul, apoi se toarnă într-un vas cu laptele fierbinte. Se adaugă puțină sare, zahărul vanilat, zahărul, stafidele curățate de codițe, apoi opărite și spălate bine, coaja de lămîie sau de portocală rasă.

Vasul cu orez se acoperă și se lasă pe foc domol, fierbîndu-se lent încă 15—20 min, după care se ia vasul de pe foc. După gust, se poate adăuga unt. Se servește cald cu sos de vin (v. rețeta Chaudeau) sau rece cu frișcă bătută.

903. **Mucilagiu de orez (decoct de orez)**

30-40 g orez, 1 l apă, 3 g sare, eventual zeamă de lămîie.

Orezul curățat, bine spălat, se pune să fiarbă lent în apă rece pînă se terciuiește bobul complet. Se recomandă în cazuri de diaree.

904. **Orez cu prune uscate**

Pentru 6 porții: *600 g prune uscate, 300 g orez, 100-150 g zahăr, 100 ml ulei, coajă de lămîie, sare.*

Prunele uscate se pun la înmuiat în apă călduță timp de 1—2 ore, după care se spală în mai multe ape reci, apoi se pun la fiert într-o cratiță largă cu 2 l de apă. Între timp, se spală orezul în 2—3 ape și cînd prunele sînt pe jumătate fierte se adaugă orezul, puțină sare, o coajă de lămîie, 2—3 coji de scorțișoară și uleiul. Se lasă să dea în clocot, după care se adaugă, după gust, zahăr natural, ori zahăr caramelizat stins cu zeamă de prune. Se amestecă roată pe fundul vasului cu o lingură de lemn, ca să se amestece orezul cu prunele, se acoperă cratița cu capac și se fierbe în continuare pe foc foarte domol, orezul și prunele fiind gata în 30—40 min. Se servește rece.

905. **Orez cu roșii à la portughez**

300 g orez, 1 kg roșii, 150 g unt, 100 g cașcaval, piper, sare.

Orezul ales, bine spălat, se toarnă într-o cratiță cu 100 g unt topit și se amesteca pînă se încinge, după care se stinge cu 1 1/4 l de apă clocotită și puțină sare. Se acoperă și se lasă să se înăbușe 20—30 min pe foc domol sau în cuptor mai slab încălzit. Între timp, roșiile se spală, se crestează, se opăresc în apă clocotită, ca să se poată curăța de pieliță, apoi se curața de semințe, se taie în bucăți, se scurg, se pun într-o tigaie cu restul de unt încins, se călesc pe foc iute 5—6 min și se adaugă sare, praf de cimbru, usturoi tocat foarte mărunt și piper pisat. Se mai poate adăuga 1/2 pahar de vin roșu și se lasă să dea într-un clocot, după care se servește ca garnitură, peste care se presară cașcaval ras.

11.2. PREPARATE DIN GRÎU, ARPACAŞ, HRIŞCĂ, GRIŞ

906. Grîu cu nuci (colivă)

1 kg grîu pisat, 200 g nuci, 300 g zahăr, 1 lingură de rom, 1 plic zahăr vanilat, 100 g zahăr pudră, pesmet de biscuiți sau de franzelă, coajă de lămîie rasă.

Se alege grîul și se pune la uscat pe o tavă întinsă, se usucă lent în cuptorul foarte slab încălzit, se amestecă din cînd în cînd pînă ne dăm seama că este destul de uscat, apoi se ia cîte un pumn se stropește cu puțină apă, se pune într-o piuliță și se pisează ușor cu pisălogul ca să-i scoatem hoaspele. După ce se pisează tot grîul, se mai freacă bine între palme, ca să se desfacă pielița de bob, după care se spală în cîteva ape, pînă rămîne ultima apă limpede. Se pune la fiert într-un vas cu apă cît să-l acopere cu circa 2—3 cm și se fierbe la foc domol, punîndu-se sub vas o tablă groasă. În caz că scade apa, se mai adaugă apă fierbinte. Bobul grîului trebuie să fie bine fiert și scăzut (fără zeamă), după care se lasă să se răcească. Se adaugă apoi zahărul pisat, nuci pisate în piuliță, puțină coajă de lămîie rasă, rom, zahărul vanilat și eventual, dacă i se dă formă de colivă, se mai adaugă pesmet alb de franzelă sau de biscuiți.

Se amestecă totul, se așază pe un platou, se netezește frumos, după forma platoului, se tapetează cu pesmet sau cu nuci și se presară cu zahăr pudră, atît pe deasupra cît și pe margini și, după gust, se poate decora cu jumătăți de nucă sau cu bomboane (drajeuri).

907. Arpacaş cu nuci

1 kg arpacaș, 150 g miez de nucă, 200 g zahăr, 1 plic zahăr vanilat, coajă de lămîie rasă, sare.

Se spală arpacașul de cîteva ori, pînă ce rămîne apa limpede și se pune la fiert pe foc puternic cu apă rece, într-un vas acoperit. Se lasă pînă dă în fiert, apoi se slăbește focul și dedesubtul vasului se pune o tablă groasă, ca să nu se ardă (lipească) la fund. Se fierbe cît mai domol și din cînd în cînd se amestecă cu o lopățică. Pe măsură ce scade apa, se adaugă cîte puțină apă fierbinte, fierbîndu-se pînă se înmoaie bobul.

În continuare se pregătește la fel ca în rețeta precedentă.

908. Hrişcă cu unt sau cu lapte

400 g hrișcă, 50 g unt, sare, 50 ml ulei.

Hrișca nu se spală ci se cerne de praf și se curăță de cea nedecorticată și de corpuri străine. După aceea se pune la prăjit într-o tigaie cît mai largă cu 50 ml ulei, se amestecă fără întrerupere și cu grijă să nu se pîrlească și nici măcar să se coloreze în roșu, căci capătă gust de ars. Prăjirea se face pe foc iute, 8—10 min, după care se spală și se pune într-o oală cu apă clocotită, să depășească hrișca cu 2—3 cm. Se adaugă puțină sare, unt, se acoperă cu capacul fixat ermetic și se pune să fiarbă lent 2 1/2 ore, așezîndu-se oala pe o tablă groasă.

Semințele de hrișcă bine fierte se despart una de alta. Se servește fierbinte, cu unt sau cu lapte, sau cu sos de roșii.

909. **Griş cu lapte**

1 l lapte, 100 g griș, 200 g zahăr, sare, 100 g zahăr pentru caramelizat.

Se fierbe laptele cu zahărul și cînd clocotește se toarnă grișul în formă de ploaie. Se amestecă cu telul foarte repede, pînă fierbe (5—6 min), după care se mai amestecă de cîteva ori pînă se răcește. Se pune în compotiere sau în castronașe mici, iar deasupra se toarnă zahăr ars, stins cu puțină apă caldă.

910. **Griș cu lapte și cu dulceață**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că se mai adaugă la urmă, cînd grișul este fiert, 50—60 g unt proaspăt și în loc de zahăr ars se servește cu dulceață de orice fel.

12. *PREPARATE DIN CARNE DE PASĂRE*

Din carnea de pasăre se prepară o mare varietate de feluri de mîncare pentru meniuri obișnuite (aperitive, mîncăruri reci, supe, ciorbe, fripturi) și festive (galantine, kievscaia, pastrămuri etc.).

Carnea va fi mai fragedă dacă pasărea, după ce a fost tăiată (sacrificată), curățată de pene, golită de intestine, spălată se ține la rece de pe o zi pe alta.

Cele mai bune păsări pentru gătit sînt cele tinere și grase. Ele se cunosc după picioare (nu le-a crescut încă pintenul), iar grăsimea după greutatea lor sau după culoarea pielii de sub aripi, care trebuie să fie gălbuie.

Vîrsta rațelor și a gîștelor se stabilește după cioc și aripi. Cele tinere au aripile groase și ciocul moale, iar cele mai bătrîne au aripile slabe și ciocul tare.

911. **Pui fript**

Se curăță puiul, se pîrlește la o flacără și se scot măruntaiele. Puiul curățat se spală în mai multe ape, se zvîntă bine, se sărează, se unge cu grăsime, se așază într-o tavă de aceeași mărime cu puiul în care se toarnă puțin ulei și se introduce în cuptorul bine încins unde se frige 20—30 min. Între timp, puiul se întoarce și din cînd în cînd se stropește cu grăsimea din tavă. Se servește cu cartofi prăjiți și cu diverse salate.

912. **Pui la tavă cu mirodenii**

Puiul după ce este spălat și bine scurs, se sărează și se freacă înăuntru cu usturoi pisat la care se adaugă piper pisat, maghiran pisat și 30 g unt moale. Se așază într-o tavă cu puțină grăsime și se introduce în cuptorul bine încins. Puiul mic de $^1/_2$ kg este gata în 30 min; dacă s-a rumenit mai repede se poate scoate din cuptor.

913. **Pui la capac (pui înăbușit la cuptor)**

1 pui, 1 lingură de ulei, 1/2 linguriță de Vegeta sau sare.

De la puiul curățat și spălat se iau pieptul și pulpele, iar restul se folosește la ciorbe. Se ia un capac, se întoarce cu partea inferioară în sus, se unge cu ulei, se așază peste o cratiță cu apă fierbinte, apoi se așază bucățile de pui presărate cu puțină Vegeta sau cu puțină sare, piper și stropite cu puțin unt sau ulei. Se introduce totul în cuptorul cu tempera-

tura potrivită. După ce bucăţile de pui se vor rumeni pe o parte, se întorc şi pe partea cealaltă. După preferinţă, bucăţile de pui se pot presăra în timpul friptului şi cu usturoi tăiat mărunt şi bine tocat. Se serveşte cald cu cartofi fierţi şi cu legume sote.

În mod asemănător se poate prepara şi un pui întreg curăţat de intestine.

914. **Pui pane**

1-2 pui, 2-3 ouă, 60 g făină, 150 g pesmet, 200 g untură, sare.

Puii curăţaţi, spălaţi, se şterg, se taie în sferturi sau în bucăţi mai mici, se sărează, se dau prin făină, ou bătut şi pesmet şi se rumenesc în untură fierbinte pe toate părţile. După ce s-au prăjit se mai ţin în cuptorul cu uşa deschisă 10—15 min să se pătrundă bine. Se servesc cu diferite garnituri.

915. **Pui la tigaie cu mujdei de usturoi**

1-2 pui, 60 ml ulei sau 100 g unt, 1 căpăţînă de usturoi, sare.

Puiul curăţat, tăiat în bucăţi şi sărat, se bate uşor cu ciocanul de şnitel şi se pune într-o tigaie cu untură încinsă pe foc iute pînă se rumeneşte.

Usturoiul se curăţă, se pisează sau se taie mărunt şi se pune în tigaie cînd puiul este prăjit, după care se mai prăjesc împreună 2—3 min. Se serveşte cu mămăliguţă.

916. **Pui la ceaun**

1-2 pui, ulei, usturoi, sare.

Puiul curăţat, bine spălat şi zvîntat, se sărează şi se pune într-un ceaun cu ulei încins cît acoperă puiul şi se ţine pe foc circa 20—25 min, pînă se va rumeni (durata este în funcţie de mărimea puiului). Se poate frige şi tăiat în sferturi. După ce s-a scos puiul, în acelaşi ulei se prăjesc şi cartofii, cu care se garnisesţe puiul. Se serveşte fierbinte, stropit cu usturoi pisat şi dizolvat în ulei (1 lingură) şi puţină apă, cu cartofi prăjiţi şi salată verde.

917. **Pui înăbuşit la ceaun, cu usturoi şi mămăliguţă**

1-2 pui, 1 lingură de untură, 1 căpăţînă de usturoi, sare.

Puiul se taie în sferturi, se sărează, se aşază într-un ceaun, cu apă cît să acopere puiul, şi se ţine pe foc pînă cînd apa scade. Atunci se adaugă untură şi se mai ţine pe foc pînă ce carnea se rumeneşte puţin. Usturoiul tăiat mărunt se adaugă cu 2—3 min înainte de a lua vasul cu pui de pe foc.

Se serveşte cu mămăliguţă fierbinte.

918. **Pui la tigaie cu sos de roşii şi usturoi**

1-2 pui, 100 ml ulei, 1 căpăţînă de usturoi, 1 lingură de făină, 30 g bulion, piper, 100 ml vin, sare.

Puiul se taie în bucăţi, se sărează şi se prăjeşte în unt sau în ulei. Se scot bucăţile în alt vas, iar în uleiul rămas se călesţe făina şi cînd începe

să se rumenească se adaugă usturoiul tăiat mărunt, bulionul şi se stinge cu apă caldă, după care se răstoarnă în vasul cu bucăţile de pui prăjit. Acesta se acoperă cu un capac şi se înăbuşă, fierbîndu-se pînă carnea va fi gata. Între timp, se adaugă vin, piper pisat şi se potriveşte de sare. Trebuie avut grijă, dacă scade, să se mai adauge cîte puţină apă.

919. **Pui la frigare**

1-2 pui, 1 lingură de ulei, sare.

Puiul curăţat de pene se trece printr-o flacără, apoi se scot intestinele împreună cu măruntaiele, se spală, se sărează, se înfige într-o frigare şi se învîrte deasupra cărbunilor încinşi. În timpul frigerii se unge cu mujdei de usturoi amestecat cu ulei.

920. **Pui condimentat la grătar**

1-2 pui, 1 căpăţînă de usturoi, sare, piper, cimbru.

Puiul se despică pe mijlocul pieptului, spatele rămînînd întreg. Se bate uşor, se unge cu usturoi pisat (partea interioară a puiului tăiat în două), apoi se presară cu un amestec format din sare, piper, şi cimbru cernut şi se aşază pe grătarul bine curăţat şi uns cu o bucată de grăsime. Se frige pe ambele părţi pînă la rumenire.

921. **Pui foarte tineri, prăjiţi à la parizien**

1-2 pui tineri, 2-3 ouă, 60 g făină, piper, sare, ulei.

Se iau de la pui numai piepţii şi pulpele, se bat puţin, se presară cu sare şi cu piper pisat şi se trec prin ouă pregătite astfel: gălbenuşurile se amestecă cu albuşurile bătute spumă, după care se amestecă cu făină cît cuprinde, astfel ca compoziţia să devină consistentă ca o smîntînă. Se prăjesc pe ambele părţi în ulei înfierbîntat, la foc domol, astfel ca să nu rămînă crude la mijloc. Se servesc calde cu cartofi sau legume sote.

922. **Pui à la parizien II**

Se prepară la fel ca în reţeta anterioară, cu deosebirea că în compoziţia de ouă se mai introduc 60 g caşcaval ras.

923. **Pui cu mujdei şi mămăliguţă**

1-2 pui, 100 g untură, 50 g usturoi, 50 ml ulei, sare.

După ce puii au fost curăţaţi şi spălaţi, se sărează, se ung cu untură pe dinăuntru şi pe dinafară şi se pun la fript într-o tavă, care se introduce în cuptorul bine încins. În timpul frigerii se ung cu untura din tavă şi se ţin la cuptor pînă se rumenesc pe toate părţile. După ce sînt gata se taie în sferturi sau în bucăţi şi se servesc cu mujdei de usturoi (dizolvat cu ulei) şi mămăliguţă.

924. **Pui cu hrean şi smîntînă**

1-2 pui, 300 g smîntînă, 1 ceapă, 1 morcov, 1-2 rădăcini de pătrunjel, cîteva boabe de piper, sare.

După ce puii au fost curățați și spălați, se taie în sferturi și se pun la opărit, apoi se spală din nou și se pun la fiert cu apă cît să acopere carnea, adăugîndu-se legumele tăiate în patru pe lungime, sarea și boabele de piper. Se fierb pînă carnea va fi gata. Se servesc cu hrean ras simplu sau amestecat cu smîntînă și cu cîteva linguri de supă de la fierberea puilor.

925. **Pui cu sos de hrean**

1-2 pui mijlocii, 50 ml ulei, 100 g unt, 30 g făină, 200 g hrean, oțet, sare.

Se taie puii în bucăți, se sărează, se înăbușă în ulei, se adaugă cîte puțină apă și se lasă să fiarbă înăbușit. Separat, într-o cratiță, se încălzește jumătate din unt, se adaugă făina, se călește 5—6 min, după care se stinge cu supă de oase sau cu apă, apoi se adaugă hreanul ras care a fost mai întîi înăbușit separat în restul de unt. Se adaugă oțet, sare, după gust, și se lasă să mai fiarbă 10 min, după care se strecoară sosul peste pui și împreună se mai fierb 3—4 min. La urmă se pot adăuga și 2—3 linguri de smîntînă.

926. **Pui cu sos alb**

1-2 pui, 100 g unt, 100 g făină, 1/2 l lapte, sare.

Se spală puii, se taie în bucăți, se sărează și se prăjec în jumătate din cantitatea de unt. Din restul de unt, făină și lapte se prepară un sos alb, care se toarnă peste puii prăjiți. Se adaugă sare și se mai lasă să fiarbă 3—4 min.

927. **Pui cu sos de lămîie**

1-2 pui, 100 g unt, 100 g făină, 1/2 l lapte, 1 lămîie, sare.

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că la urmă se potrivește la gust cu zeamă de lămîie, iar după stoarcerea lămîii, aceasta se curăță de coajă și de semințe, miezul se adaugă la puii cu sos și se mai fierb împreună 10 min. Dacă sosul este prea gros se mai adaugă cîteva linguri de supă sau de apă caldă.

928. **Pui cu smîntînă**

1-2 pui, 100 g unt, 300 g smîntînă, 1/2 l lapte, 100 g făină, piper boabe sau ienibahar, sare.

Se spală puii, se taie în bucăți, se sărează și se prăjesc în jumătate din cantitatea de unt. Separat, într-o tigaie, se încălzește restul de unt, se adaugă făina și după ce s-a călit puțin se stinge cu lapte, turnîndu-se cîte puțin și amestecîndu-se bine. Se adaugă apoi smîntîna, boabele de ienibahar (3—4 boabe) sau piper, se lasă să fiarbă 5—6 min, după care se toarnă peste puii prăjiți. Se potrivește de sare și se mai fierbe 5—6 min. Se servește cu mămăliguță caldă.

929. **Pui cu ciuperci și smîntînă**

900 g pui, 300 g ciuperci proaspete, 100 g ceapă, 100 ml ulei sau unt, 50 g făină, 200 g smîntînă, 1/2 l lapte sau supă de oase, sare, piper.

Puiul se taie în bucăți care se sărează și se prăjesc în unt sau în ulei. După prăjire se scot bucățile în alt vas, iar în grăsimea rămasă se călește ceapa tăiată mărunt și cînd s-a călit puțin se adaugă ciupercile spălate în mai multe ape și tăiate felii subțiri și se mai călesc împreună pînă scade apa lăsată de ciuperci. Se presară apoi cu făină și se stinge cu apă sau cu lapte. Se adaugă smîntîna, sare și piper, după gust, și se răstoarnă peste bucățile prăjite, lăsîndu-se să fiarbă 8—10 min.

930. **Pui cu ciuperci și vin**

900 g pui, 300-500 g ciuperci, 150 ml ulei, 100 g ceapă, 50 g bulion, 100 ml vin, 30 g făină, sare, piper, verdeață.

Puiul se prepară ca în rețeta precedentă, însă la urmă, cînd ciupercile cu ceapa s-au călit, se adaugă 50 g bulion și în loc de lapte se stinge cu supă de oase sau cu apă caldă și cu vin, după care se adaugă pătrunjel verde tăiat mărunt. Se servește cu cartofi fierți natur, stropiți cu unt și presărați cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

931. **Pui cu bame**

900 g pui, 100 ml ulei, 100 g ceapă, 1 lingură de făină, 50 g bulion, 1 kg bame tinere, cîteva roșii, sare, oțet, piper, verdeață.

Bamele se curăță de codițe (fără să se taie din păstaia bamei), se opăresc cu apă clocotită cu sare și oțet, apoi se scurg și se clătesc în mai multe ape reci. Între timp, se taie puiul în bucăți, se sărează și se prăjește în ulei, după care se scoate în alt vas. În uleiul rămas se călește ceapa, se adaugă făina și după ce s-au rumenit puțin se stinge cu bulionul desfăcut în apă și se lasă să fiarbă 10 min. Se strecoară apoi sosul, pasîndu-se peste puiul prăjit. Se adaugă bamele, sare, oțet, piper și se mai fierb împreună 20 min. Cînd sînt aproape gata, se adaugă roșiile curățate de pieliță și tăiate în bucăți mici, după care se introduce vasul cu mîncare pentru 10—15 min în cuptorul bine încins.

Se servește presărat cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

932. **Pui cu arpagic (rețetă franțuzească)**

6 sferturi de pui, 500 g arpagic, 300 g ciuperci, 150 g costiță afumată, 100 ml vin, sare, piper, pătrunjel verde, 100 g untură.

Sferturile de pui se sărează și se prăjesc cu o parte din untură. După ce puiul s-a prăjit se stinge cu apă, se adaugă ciupercile curățate, spălate și tăiate în felii și se înăbușă împreună pe foc domol. Între timp, se taie costița cubulețe, se prăjește puțin într-o tigaie și se adaugă la pui. Arpagicul curățat se înăbușă separat în restul de untură cu puțină apă, pînă se înmoaie, și se adaugă cînd puiul este gata. Se adaugă sare, piper, vinul și se mai lasă să fiarbă 5—6 min.

La anumite ocazii acest preparat se servește pe crutoane de franzelă tăiată după mărimea bucăților de pui. Bucățile de franzelă se prăjesc în unt, se pun pe platou, deasupra crutoanelor se așază cîte o bucată de pui și peste ele se toarnă restul de componente: arpagicul, ciupercile, costița (toate împreună cu sosul) și se presară deasupra cu puțin pătrunjel verde tăiat foarte mărunt.

933. **Pui înăbușiți în pungă**

2-3 pui tineri, 50 g grăsime (unt, ulei sau untură), o coală sau două de hîrtie albă, sare.

Sînt de preferat puii mici. După ce puii sînt curățați se sărează, se ung cu grăsime, apoi se unge și hîrtia cu care aceștia se învelesc. Se așază puii înveliți în hîrtie într-o tavă unsă și se introduc în cuptorul potrivit de încălzit. După 40—50 min se scot din hîrtie și dacă nu s-au rumenit frumos se mai pot lăsa în cuptor cîteva minute. După ce sînt gata se taie în sferturi și se servesc cu garnitură de orez sau cu legume sote.

934. **Pui cu gutui**

1 kg pui, 1 kg gutui, 100 g unt, 50 g bulion, 50 g zahăr, 50 g făină, sare.

Puiul se curăță, se taie în sferturi sau în bucăți care se sărează și se prăjesc cu o parte din unt. După ce s-au prăjit, bucățile se scot în alt vas, iar peste untul rămas în tavă se presară zahărul și se ține pe foc pînă începe să se caramelizeze, apoi se adaugă făina, bulionul și se stinge cu apă, lăsîndu-se să fiarbă 10 min, după care se strecoară peste bucățile de pui prăjite. Între timp, se curăță gutuile de sîmburi și de părțile tari, se taie în felioare lungi, se trec prin făină și se prăjesc pe rînd în restul de unt sau în ulei, rumenindu-se ușor pe ambele părți. Gutuile se pun apoi peste pui și împreună se mai lasă să fiarbă 10 min, după care se introduce cratița în cuptorul încins, timp de 20 min. Se servesc cu pilaf de orez.

935. **Pui cu mere renete**

1 kg pui, 1 kg de mere renete, 100 g unt, 50 g făină, 100 g zahăr. 100 g smîntînă, sare.

Se prepară la fel ca puiul cu gutui, dar cu mere, iar în loc de bulion se adaugă smîntînă.

936. **Pui cu prune uscate**

1 kg pui, 600 g prune, 50 g făină, 50 g zahăr, 1 lămîie, sare, scorțișoară, 50 g unt.

Se curăță mai întîi prunele de codițe și se țin în apă călduță de seara pînă a doua zi, apoi se spală bine și se pun la fiert cu o bucată de scorțișoară și cîteva felii de lămîie curățate de coajă și de semințe; se fierb lent pînă sînt gata. Între timp, se taie puiul în bucăți care se sărează și se prăjesc în unt, după care se scot în alt vas. În tigaia cu untul rămas se adaugă făina amestecată cu zahărul și împreună se țin pe foc cîteva minute ca să se caramelizeze puțin zahărul, după care se stinge imediat cu zeama de la prune, lăsîndu-se să dea în cîteva clocote. Se răstoarnă apoi sosul peste bucățile de pui prăjite, se adaugă prunele fierte și se mai fierb împreună 10—15 min.

937. **Pui cu conopidă**

1 kg pui, 1 kg conopidă, 100 g ceapă, 100 g untură, 50 g făină, 50 g bulion, verdeață, sare, piper.

Puiul se taie în bucăți care se sărează și se prăjesc în untură, apoi se scot bucățile de pui, iar în untura rămasă se călesc ceapa și făina, se adaugă bulionul și se stinge sosul cu apă. Se fierbe 10—20 min, după care se strecoară pasînd prin sită peste bucățile de carne, la care se mai adaugă conopida desprinsă în bucheţele mici și fiartă în apă cu sare (fără să se zdrobească, ținîndu-se la fiert 10 min). Se potrivește de sare, piper și se mai fierbe totul cîteva minute. Se servește cu pătrunjel tăiat mărunt presărat pe deasupra. După preferință, se mai pot adăuga cîteva roșii curățate de pieliță, de semințe și tăiate în bucăți mici și cîteva linguri de smîntînă.

938. **Pui cu varză de Bruxelles**

1-2 pui, 1 kg varză de Bruxelles, 100 g unt, 30 g făină, 1 lingură de zeamă de lămîie sau 100 g smîntînă.

Puii se taie în sferturi, se sărează și se prăjesc în jumătate din unt. Cu restul de unt și făină se prepară sosul care se toarnă peste puii prăjiți, se adaugă varza de Bruxelles, aleasă din timp, curățată, spălată bine în mai multe ape și fiartă cîteva minute în apă cu sare. Se adaugă zeama de lămîie sau smîntîna, sare și se mai fierbe 10—15 min.

939. **Pui cu dovlecei**

1 kg pui, 1 kg dovlecei, 2-3 cepe, 50 g făină, 100 ml ulei, 50 g smîntînă sau 1 lingură de bulion, mărar, sare.

Puiul, tăiat în bucăți, se sărează și se prăjește în ulei, apoi se scoate într-un alt vas. În uleiul rămas se călește ceapa tăiată cît mai mărunt (pentru ca să nu se mai strecoare sosul), făina și după ce s-a rumenit puțin se stinge cu apă și se răstoarnă peste puiul prăjit. Se adaugă bulionul, dovleceii curățați de coajă și tăiați cuburi. Se potrivește de sare și se fierbe 20—30 min, după care se introduce și la cuptor pentru 10 min, să se gratineze. La servit se presară cu mărar tăiat mărunt, după gust, adăugîndu-se și smîntînă.

940. **Pui cu morcovi**

1 kg pui, 600 g morcovi, 100 g unt, sare, 30 g făină, eventual 50 g zahăr.

Puiul se prepară ca în rețeta anterioară; se prăjește în jumătate din unt, se adaugă făina, se stinge cu apă caldă, se acoperă și se înăbușă pe foc domol. Morcovii se curăță, se spală, se taie în bucăți mici, se pun într-o cratiță cu restul de unt și puțină apă, după care se înăbușă pînă se înmoaie bine. Se pun morcovii peste carnea de pui, se adaugă sare și, după gust, zahăr și se mai lasă să fiarbă 5—6 min.

941. **Pui cu mărar**

1 kg pui, 100 g untură sau ulei, 2-3 cepe, 1 lingură de bulion, 50 g făină, 2-3 linguri de mărar tăiat mare, cîteva roșii, sare, oțet.

Puii se taie în bucăți (sferturi) care se sărează și se prăjesc cu jumătate din cantitatea de ulei, apoi se scot în alt vas. În uleiul rămas se adaugă restul de ulei, ceapa tăiată felii și după ce s-a călit se adauga

făina și se stinge cu bulionul subțiat cu apă; se lasă să fiarbă 10—15 min, după care sosul se strecoară prin sită, pasîndu-se peste carnea de pui. Se mai fierbe 5—6 min și se adaugă mărarul tăiat mai mare, roșiile curățate de pieliță și tăiate în bucăți mici, sare și oțet, după gust. Spre sfîrșitul fierberii se pot adăuga 2—3 linguri de smîntînă.

942. **Pui cu tarhon**

1 kg pui, 100 ml ulei, 50 g făină, 30 g bulion, 100 g tarhon, cîteva roșii, sare, oțet.

Puiul se prepară la fel ca în rețeta anterioară, în loc de mărar folosindu-se tarhon. Frunzele de tarhon se rup de pe ramuri, se spală și se opăresc 2—3 min, după care se răcesc, se taie mai mare și se adaugă la carnea de pui, fierbîndu-se apoi împreună 5—6 min.

943. **Pui cu măsline**

1 kg pui, 150 g măsline, 100 ml ulei, 200 g ceapă, 30 g făină, 100 ml vin, 1 lămîie, piper, sare, 1 lingură de bulion, 1 foaie de dafin.

Puiul tăiat se sărează și se prăjește în ulei. Apoi se scoate, iar în uleiul rămas se călește ceapa tăiată mărunt, se adaugă făina, bulionul și se stinge cu vin și cu puțină apă și după 2—3 clocote se răstoarnă peste pui. Se adaugă măsline opărite, piper boabe, foaia de dafin, cîteva felii de lămîie curățate de coajă și se lasă să fiarbă 10—20 min. Se servește cald sau rece.

944. **Pui cu mazăre**

1 kg pui, 600 g mazăre boabe verde, 100 g unt, cîteva roșii, mărar, sare, zahăr, 2-3 cepe, 500 g făină, 30 g bulion.

Puiul curățat, spălat și bine zvîntat, se taie în sferturi sau în bucăți, se sărează și se înăbușă într-o cratiță cu unt sau cu ulei. Se adaugă ceapa tăiată mărunt și se mai călesc împreună pînă ce ceapa se va prăji puțin. Se adaugă făina, bulionul, se stinge cu apă caldă și se mai lasă să fiarbă pînă carnea este gata. Se adaugă mazărea (fiartă separat sau din conservă), mărarul tăiat mărunt, roșiile curățate de pieliță și tăiate în bucăți mici, se potrivește de sare și eventual de zahăr și se mai lasă la fiert 5—6 min.

945. **Pui cu fasole verde**

1 kg pui, 1 kg fasole verde, 500 g roșii, 100 ml ulei, 1-2 cepe, 30 g făină, 30 g bulion, sare, piper, usturoi.

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că în loc de mazăre se folosește fasole verde fiartă separat. Aceasta se adaugă cînd carnea este fiartă și împreună se mai lasă să fiarbă 10—15 min. După preferință, se adaugă pentru gust usturoi și mărar tăiat mărunt.

946. **Pui cu legume**

1 kg pui, 150 g untură sau ulei, legume proaspete (cartofi, conopidă, dovlecei, mazăre, fasole verde, ardei gras, țelină, morcovi) în total cam 2 kg, 100 g ceapă, 50 g bulion, 100 ml vin, cîteva roșii, verdeață, sare.

Puiul se taie în bucăți, se sărează și se prăjește în jumătate din cantitatea de ulei sau untură, apoi se scoate, iar în uleiul rămas se călește ceapa tăiată mărunt, se adaugă bulionul, se stinge cu apă caldă și se toarnă peste puiul prăjit, lăsîndu-se să fiarbă pînă va fi carnea aproape gata. Atunci se adaugă legumele care au fost înăbușite cu restul de ulei într-o tavă sau într-o cratiță introdusă în cuptor (în afară de mazăre și fasole), amestecîndu-se pînă sînt aproape gata. Între timp, fasolea și mazărea se fierb separat. Toate acestea se pun la un loc, se adaugă sare, roșiile tăiate în bucăți, vinul, pătrunjelul tăiat mărunt și se introduc în cuptor să se gratineze puțin.

947. **Ghiveci cu carne de pui**

Se prepară la fel ca și puiul cu legume, folosind aceleași componente și cantități.

948. **Pui cu roșii**

1 kg pui, 100 g unt sau ulei, 1 kg roșii, 150 g ceapă, 50 g făină, 30 g bulion, piper pisat, zahăr sau usturoi, sare.

Puiul se taie în bucăți, se sărează și se prăjește în ulei, după care se scoate într-o cratiță. În uleiul rămas se călește ceapa tăiată mărunt, se adaugă făina și după ce s-a călit puțin se adaugă bulionul, se stinge cu apă caldă, se dă în cîteva clocote și se strecoară peste pui. Se aleg roșii mai mici, se taie căpăcelul de la codiță, se opăresc și se curăță de pieliță, apoi se așază într-o tavă unsă și se introduc în cuptorul bine încins, sau se călesc pe rînd într-o tigaie pe foc. După ce s-au prăjit puțin se pun peste pui. După gust, se poate adăuga o linguriță de usturoi tocat mărunt sau numai sare, piper și zahăr și se lasă să fiarbă toate împreună 10 min.

Se servește presărat deasupra cu verdeață tocată, de preferat cu mărar tăiat mărunt.

949. **Pui cu sparanghel**

1 kg pui, 1 kg sparanghel, 120 g unt, 30 g pesmet, sare.

Bucățile de pui sau sferturile se prăjesc în jumătate din cantitatea de unt, într-o cratiță. După ce s-au rumenit se adaugă apă și puțină sare și se înăbușă pînă sînt gata. Între timp, se curăță sparanghelul, se rade partea dinspre rădăcină și se grupează în legături de cîte 12 bucăți, care se așază cu vîrful în sus într-un vas înalt cu apă sărată. Apa trebuie să acopere sparanghelul. După ce s-a fiert, se trage vasul pe marginea plitei și se scoate sparanghelul din apă numai cînd se servește. Atunci se așază pe un platou, cu vîrfurile peste carnea de pui cu sos, iar peste vîrfurile fragede se toarnă pesmet prăjit în restul de unt.

950. **Pui cu gulii**

1 kg pui, 1 kg gulii, 100 g unt, 50 g făină, 200 g smîntînă, sare.

Puiul se taie în bucăți care se sărează și se prăjesc cu jumătate din cantitatea de unt, apoi se scot în alt vas. În untul rămas în tigaie se prăjesc guliile curățate de coajă și tăiate în bucăți mici, după care se pun peste pui. Se adaugă puțină apă și se înăbușă cu capacul acoperit. Din restul de unt și făină se prepară sosul; făina și untul se pun într-o cratiță

la foc moale și după ce s-a încorporat se stinge cu apă, se adaugă smîntîna, sare, după gust, se mai lasă să dea în cîteva clocote, după care se răstoarnă peste carnea de pui cu gulii și se mai lasă să fiarbă împreună 5—10 min. După gust, se mai poate adăuga piper și zeamă de lămîie.

951. **Pui cu andive**

1 kg pui, 600 g andive, 120 g unt, 50 ml vin, piper, sare.

Puiul se taie în sferturi sau în bucăți care se sărează și se prăjesc în jumătate din cantitatea de unt, apoi se sting cu puțină apă și se înăbușă cu capacul acoperit. Între timp, se curăță andivele, se crestează în patru și se pun la brezat cu restul de unt și cîteva linguri cu supă de oase și cu sare.

Se brezează sub capac timp de 20—30 min, după care se adaugă la carne. Se adaugă și vinul, piper, sare, după gust, apoi cratița cu mîncare se introduce în cuptor pentru 10—20 min, ca să scadă zeama. Dacă mîncarea este prea scăzută, se mai adaugă 2—3 linguri de supă de oase sau vin.

952. **Pui cu vinete**

1 kg pui, 1,5 kg vinete, 120 ml ulei, 100 ml vin, 1 căpățînă de usturoi, 2-3 cepe, 30 g făină, 30 g bulion, 500 g roșii, pătrunjel verde, sare, piper.

Puiul, tăiat în bucăți, se sărează și se prăjește în jumătate din cantitatea de ulei încins, cît să se rumenească puțin, apoi se scoate, se pune în alt vas, iar în untura rămasă se călește ceapa tăiată foarte mărunt, se adaugă făina, bulionul, usturoiul tăiat mărunt, se stinge cu apă caldă sau zeamă de oase și se fierbe puțin. Se strecoară apoi peste carne, se potrivește de sare și se mai fierbe lent. Cînd carnea este gata, se adaugă vinetele pregătite astfel: se spală și se taie în felii pe lungime sau în bucăți mari, se dau prin făină și se prăjesc pe rînd în restul de ulei. După ce s-au prăjit toate bucățile se pun în vasul cu carne cînd aceasta este aproape gata și se mai fierb împreună 20—25 min. Roșiile se taie în sferturi sau în felii, se pun peste mîncare,apoi aceasta se introduce în cuptor pentru circa 10 min, pentru gratinare. Se servește presărat deasupra cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

953. **Pui cu verdețuri**

1 kg pui, 150 g untură sau ulei, 150 g ceapă, 50 g bulion, 30 g făină, 20 fire ceapă verde, 20 fire usturoi verde, cîteva legături de mărar și pătrunjel, oțet, piper, sare, smîntînă.

Puiul se curăță, se spală, se taie în bucăți, care se sărează și se prăjesc cu jumătate din cantitatea de untură pînă se rumenesc puțin, apoi se scot în alt vas, iar în untura rămasă se călește ceapa tăiată mărunt împreună cu făina, se adaugă bulionul, se stinge cu apă și se lasă să mai fiarbă 5—6 min, după care sosul se răstoarnă peste carne, lăsîndu-se să fiarbă împreună la foc moale.

Între timp, verdeața se spală în mai multe ape, se înlătură cotoarele și frunzele veștede, se opărește și apoi se introduce imediat în apă rece, după care se scurge bine și se taie în bucăți de 4—5 cm. Se călește ușor, pe rînd, în untura rămasă și se adaugă la carnea bine fiartă. Se potrivește de sare, piper, oțet și se introduce în cuptor să se gratineze.

(În mîncare se mai pot adăuga la urmă și roșii tăiate în felii, iar verdețurile pot fi folosite fără să fie opărite, ci numai tăiate mare și călite într-o tigaie cu untură și apoi puse la un loc cu carnea.)

954. **Pui ca la țară**

1 kg pui, 100 g untură, 600 g roșii, 200 g ceapă, 1 căpățînă de usturoi, 100 g smîntînă, piper sau 1 ardei iute, sare.

Puiul se curăță, se spală și se taie în bucăți care se sărează și se prăjesc într-o cratiță cu untură bine înfierbîntată. După ce carnea s-a rumenit se scoate din cratiță, iar în untura rămasă se pune la prăjit ceapa, tăiată subțire, se adaugă usturoiul tăiat mărunt, 1 ardei iute, se stinge cu apă și apoi se răstoarnă peste carne, lăsîndu-se să fiarbă împreună acoperit. Roșiile se spală, se curăță de pieliță, se taie în bucăți și se adaugă la carne cînd este aproape să se ia vasul de pe foc. Se servește cu mămăliguță.

955. **Gulaș de pui cu găluște**

1 kg pui, 100 g untură, 30 g făină, 1/2 linguriță chimen, 500 g ceapă, piper, sare, 100 g smîntînă, garnitură de găluște.

Puiul se taie în bucăți și se prăjește într-un vas cu untură înfierbîntată, după care se scoate într-o cratiță. În untura rămasă se călește ceapa curățată și tăiată felii, se adaugă făina, chimenul și se călesc toate pînă se vor prăji puțin (în acest timp se amestecă cu o lingură de lemn), după care se stinge cu apă caldă și smîntînă și se lasă să fiarbă 10—20 min, potrivindu-se de sare și piper.

Se servește cu găluște (v. rețeta 673).

956. **Anghemacht de pui**

1 kg pui, 100 g făină, 100 g untură, 100 g ceapă, 1 morcov, 1/2 țelină, 1 lămîie, sare, 30 g unt.

Puiul curățat se spală și se pune cu apă la opărit, după care se spală din nou și se pune la fiert cu zarzavat și sare. Între timp, se spumuiește și după ce carnea a fiert se dă vasul la o parte. Sosul se pregătește în felul următor: se încălzește untura, se adaugă făina, se amestecă fără să se rumenească, se stinge cu supă în care a fiert puiul și se fierbe pînă ce sosul se îngroașă ca o smîntînă. Se potrivește de sare și se stoarce zeamă de lămîie după gust. Bucățile de pui fierte se pun în sos. La servire carnea se pune pe farfurie alături de cartofi fierți natur, presărați cu pătrunjel verde tăiat mărunt, iar peste carne se pune sos și se stropește cu unt.

957. **Blanchet de pui**

1 kg pui, 200 g orez, 150 g unt, 100 g făină, 2 ouă, 1 lămîie, 1 morcov, 1/2 ceapă, 1/2 țelină sau rădăcină de pătrunjel.

Blanchetul se poate pregăti din orice fel de carne de pasăre. Pasărea se pregătește la fel ca în rețeta precedentă, punîndu-se însă la fiert ceva mai multă apă, ca să ajungă atît pentru sos cît și pentru stins orezul necesar ca garnitură. Zarzavatul se adaugă numai pentru a da gust supei. Sosul se prepară cu jumătate din unt, făină și se stinge cu supă. Orezul, spălat și scurs, se prăjește în restul de unt cîteva minute, fără să se rume-

nească, și se stinge cu supă (la 1 parte orez se pun 3 părți supă), după care se ține pe marginea plitei, acoperit, timp de 20 min, să se umfle. La servire, orezul se pune într-o ceașcă sau într-un polonic uns sau udat cu supă și se presează ca să capete o formă rotundă, după care se răstoarnă în jurul bucăților de pui cu sos și se stropește pe deasupra cu grăsimea strînsă de la supa în care a fiert puiul (mai ales dacă este gras).

958. **Ciulama de pui**

1 kg pui, 100 g unt, 200 g făină, 1 ceapă, 1 rădăcină de pătrunjel, 1 morcov, cîteva boabe de piper, sare.

Puiul se pune la fiert cu zarzavatul și cu sare, se spumuiește și cînd este aproape gata se scoate și se ține în alt vas cu apă și sare, pentru ca să se mențină carnea albă și să nu se usuce.

Separat, într-o cratiță, se încălzește unt, se adaugă făina, se amestecă pe foc domol 2—3 min, după care se stinge cu supa în care a fiert puiul. Sosul trebuie să fie gros. El se fierbe amestecîndu-se mereu pe plită, 10—15 min. La masă bucățile de pui se pun în sos, se stropesc cu unt topit și se servesc cu mămăliguță caldă.

959. **Ostropel de pui**

1-1,5 kg pui, 100 ml ulei, 1 căpățînă de usturoi, 50 g făină, 50 g bulion, 1 ceapă, 1 morcov, oțet, sare.

Puiul se taie în bucăți care se sărează și se prăjesc în ulei, apoi se scot în alt vas. În uleiul rămas se prăjesc ceapa și morcovul tăiate felii subțiri, se adaugă făina și după ce s-au rumenit se adaugă bulionul, usturoiul tocat mărunt, se stinge cu 1—2 linguri de oțet și cu apă și se mai lasă să fiarbă 10—15 min. Sosul se strecoară peste carnea prăjită, se potrivește de sare, piper pisat și se mai fierb împreună pînă ce carnea va fi gata. Se servește cu cartofi fierți natur și presărați deasupra cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

960. **Sote de pui**

1 kg pui, 100 g untură, 100 g ceapă, 50 g usturoi, 100 ml vin, 30 g bulion, sare, piper.

Puiul se taie în bucăți mai mici, care se sărează și se pun la prăjit, într-o tigaie largă sau într-o cratiță, cu untură bine înfierbîntată și după cîteva minute de prăjire se mai adaugă ceapa și usturoiul tăiate mărunt, continuînd prăjirea pînă ce acestea se vor rumeni puțin. Se adaugă apoi bulionul și se stinge cu vin și puțină apă. Se adaugă sare, piper, se acoperă cu capac și se înăbușă 20—30 min, după care se servește fierbinte, cu pătrunjel verde tocat mărunt și presărat pe deasupra.

961. **Sote de măruntaie de pui**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că în loc de carne de pui se folosesc măruntaiele de la mai mulți pui (ficăței, pipote, inimioare). În cazul în care soteul se prepară numai din măruntaie, se recomandă ca pipotele să fie fierte separat și numai după aceea să fie adăugate la restul măruntaielor.

962. **Pui sote cu ciuperci şi smîntînă**

1 kg pui, 100 ml ulei sau 100 g unt, 400 g ciuperci, 100 g ceapă, sare, piper, pătrunjel verde, 200 g smîntînă.

Puii se taie în sferturi sau în bucăţi, se sărează şi se prăjesc în uleiul încins. După ce s-au prăjit puţin se adaugă ceapa tăiată mărunt şi împreună se sotează pînă ce şi ceapa s-a prăjit puţin. Se adaugă apoi ciupercile spălate şi tăiate în felii subţiri şi se înăbuşă împreună sub capac pînă scade apa lăsată de ciuperci, după care se stinge cu smîntînă şi cu puţină apă caldă şi se mai ţine mîncarea pe foc 20 min.

Se serveşte presărat pe deasupra cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

963. **Papricaş de pui cu găluşte**

1 kg pui, 500 g ceapă, 100 g untură, 50 g bulion, 1 legătură de verdeaţă, 3 g boia de ardei, cîteva boabe de piper, sare.

Puiul tăiat în bucăţi se sărează şi se rumeneşte în untură încinsă, apoi se scoate în alt vas. În untura rămasă se călesţe ceapa tăiată mărunt, se adaugă bulionul, boiaua şi se stinge cu apă, apoi se răstoarnă sosul peste carne, se adaugă piper şi se potriveşte ca să aibă sos suficient. Se lasă să fiarbă pînă carnea este aproape moale. Între timp se prepară găluştele (v. reţeta 673) care, după ce sînt fierte, se scurg şi se pun în cratiţa cu carne, lăsîndu-se să mai fiarbă împreună 10—20 min. Se serveşte presărat deasupra cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

964. **Papricaş de pui cu cartofi**

1 kg pui, 150 g untură, 500 g cartofi, 1 căpăţînă de usturoi, boia de ardei, 2-3 ardei graşi, cîteva roşii, 30 g bulion, piper boabe, cimbru, sare, eventual 100 ml vin.

Se pregăteşte la fel ca în reţeta precedentă, cu deosebirea că se pot trece cartofii mai întîi prin puţină untură încinsă şi apoi se pun în cratiţa cu carne de pui în loc de găluşte şi se mai fierb împreună cu carnea 10—20 min. Se potriveşte apoi la gust de sare, se adaugă vinul, usturoiul tocat mărunt, ardeiul gras, boabe de piper, 1 fir de cimbru şi roşiile tăiate în bucăţi, care se pun pe deasupra. Se introduce cratiţa în cuptor să mai fiarbă pînă ce mîncarea se va rumeni pe deasupra. Se serveşte presărat cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

965. **Papricaş de pui cu smîntînă**

1 kg pui, 100 g unt, 200 g ceapă, 200 g smîntînă, 30 g făină, 1/4 linguriţă de boia, 1 kg de cartofi, verdeaţă, sare.

Se prepară la fel ca în reţeta anterioară, însă fără roşii şi vin. În locul lor se adaugă smîntînă în momentul în care carnea şi cartofii sînt fierte şi se mai lasă să dea împreună în clocot, fără să se mai introducă în cuptor.

966. **Papricaş de pui cu cartofi şi ciuperci**

Se pregăteşte la fel ca în reţeta 964 la care se mai adaugă 300—500 g ciuperci proaspete, curăţate, spălate şi tăiate în felii, călite în puţină grăsime. După ce se adaugă ciupercile peste carne, se mai fierb împreună pînă ce aceasta este gata. (La urmă se mai poate adăuga şi smîntînă şi se

mai lasă să fiarbă 2—3 min.) În loc de cartofi, papricașul se poate pregăti cu orice fel de găluște preparate după rețetele 671, 672 sau 673.

967. **Pilaf de pui**

1 kg pui ceva mai grași, 100 g unt, 1 ceapă, 1/4 țelină, cîteva boabe de piper, sare, 300 g orez.

Puii se taie în bucăți și se pun la fiert cu apă, sare și cu legume (pentru gust). În timpul fierberii se spumuiesc, se adaugă piper boabe și se fierb lent pînă ce carnea este gata. Separat, într-o cratiță, se încălzește unt, se adaugă orezul, spălat și bine scurs de apă, se amestecă pînă se încinge și se stinge cu supă fierbinte în care a fiert carnea (1 l de supă la 300 g de orez). Se acoperă cratița cu un capac și se lasă pe marginea plitei 10—20 min. Pilaful se pune într-un polonic înmuiat în prealabil în supă, se presează și se răstoarnă pe farfuria de servit, așezîndu-se alături bucăți de carne de pui fiartă și peste toate se stropește cu grăsime, care se adună de la fiertul cărnii, sau cu unt topit.

968. **Pilaf din măruntaie de pui**

600 g măruntaie de pui (ficăței, pipote, inimioare), 250 g orez, 100 g unt, 1 ceapă, 1/2 țelină, 1 rădăcină de pătrunjel, sare.

Se curăță ficățeii de fiere, iar pipotele se desfac, se curăță bine, se taie în bucăți mici și se pun la fiert pe rînd: întîi legumele, pipotele și inimioarele, iar ficatul la urmă, după ce acestea și legumele s-au fiert. Se adaugă sare și se mai fierb 20 min. În rest prepararea se continuă ca în rețeta precedentă.

969. **Rizoto din măruntaie de pui sau de găină**

500-600 g măruntaie de pui, 100 g unt, 300 g orez, 200 g ceapă, 50 g bulion, 30 g făină, 100 ml vin, 100 ml ulei, piper pisat, sare, 60 g caşcaval.

După ce măruntaiele au fost curățate, se separă ficățeii de pipote, care mai întîi se fierb, se taie felii și se călesc împreună cu ceapa într-o cratiță cu ulei. Se adaugă apoi ficățeii, făina, bulionul și se stinge cu vin și cu puțină apă caldă. Se adaugă sare și piper și se mai fierb 20 min. În acest interval de timp se prepară orezul: se pune untul la încălzit într-o cratiță, se adaugă orezul spălat și bine scurs, se amestecă pe foc domol 3—4 min, după care se stinge cu supa în care au fiert pipotele; la 300 g orez se pune 1 l de supă fierbinte. După ce a dat în fiert, vasul cu orez se trage pe marginea plitei și se lasă 20 min acoperit sau se introduce vasul în cuptor la foc slab.

Orezul, la servire, se pune într-o ceașcă sau într-un polonic înmuiate în prealabil în supă sau unse cu unt, se presează și se răstoarnă, dîndu-i astfel o formă aspectuoasă; alături se pun măruntaiele cu sos, iar peste orez se presară caşcaval ras.

970. **Piept de pui pe salată de legume cu maioneză**

Cîțiva piepți de pui sau cîteva pulpe, 1 kg de salată à la rus, 300 g maioneză; pentru ornat: *cîteva frunze de salată verde sau pătrunjel verde.*

Piepții de pui, după ce sînt fierți și răciți, dacă sînt mari se taie în două, pe lungime. Se așază apoi pe un postament de salată de legume cu maioneză (salată à la rus), aceasta se ornează cu maioneză de jur-împrejur, iar feliile de piept se garnisesc cu bucăți tăiate din gogoșari sau ardei roșu și cu frunzulițe de pătrunjel verde. Se servește ca aperitiv.

971. **Piept de pui gratinat**

3-4 piepți de pui, 300 g sos alb, 600 g piure de cartofi, 50 g unt, 50 g cașcaval ras, 2-3 ouă.

Pieptul de pui fiert se taie în felii și se așază într-un vas de Jena uns cu unt, în care s-a pus mai întîi un strat de cartofi piure. Peste acestea se toarnă sosul alb (Béchamel cu gălbenuș și albuș bătut), deasupra se împrăștie bucățele de unt, apoi se presară cu cașcaval ras și se introduce în cuptor pentru gratinare. (Pentru un gust mai bun, la piureul de cartofi se pot adăuga 30 g unt, 1—2 ouă și 30 g cașcaval ras.)

972. **Pui cu frigănele**

1 kg pui, 60 g unt, piper, sare; pentru frigănele: *300 g franzelă, 1/4 l lapte, 2 ouă, 50 g unt, sare, zahăr, 1 lingură de ulei și ulei pentru prăjit.*

Se curăță puiul, se spală, se taie în bucăți care se sărează, se piperează și se pun într-o cratiță cu untul încălzit și se acoperă cu capac. Între timp, cînd bucățile de pui încep să se rumenească, se adaugă din cînd în cînd cîte puțină apă și se întorc. După ce sînt gata se țin acoperite în vas pînă la servire. În acest interval de timp se pregătesc frigănelele: franzela curățată de coajă se taie în felii care se înmoaie în lapte amestecat cu o linguriță de zahăr, apoi se dau prin ou bătut amestecat cu o lingură de ulei și se prăjesc pe ambele părți în ulei înfierbîntat. Bucățile de pui se servesc puse la mijlocul unui platou rotund, iar pe marginea lor se așază frigănele intercalate cu sote de mazăre sau de carote. Sosul rezultat de la pui se toarnă numai peste bucățile respective.

973. **Tocană de pui**

900 g pui, 100 g untură, 500 g ceapă, 1/2 căpățînă de usturoi, 30 g bulion, boia de ardei, piper, cimbru, foaie de dafin, sare, 100 ml vin.

Puiul se taie în bucăți, se sărează și se pune la prăjit în untură încinsă, după care se scoate în alt vas. În untura rămasă se pune la prăjit ceapa tăiată felii subțiri, se adaugă boiaua și bulionul, se stinge cu apă și se răstoarnă peste carne, apoi se adaugă usturoiul tăiat mărunt, boabe de piper, o foaie de dafin, un fir de cimbru și vinul. Se potrivește de sare și se fierbe pînă carnea este gata. La nevoie se mai adaugă apă. Se servește cu cartofi fierți natur.

974. **Tocăniță din măruntaie de pasăre (pui)**

500-600 g măruntaie de pasăre, 300 g ceapă, 100 g untură, 30 g usturoi, 100 ml vin, 1 legătură de verdeață, 50 g bulion.

Ceapa tăiată mărunt se pune la prăjit cu untură și după ce s-a călit puțin se adaugă măruntaiele curățate, spălate bine și tăiate în bucăți mici. Cînd s-au prăjit și măruntaiele se adaugă bulionul, se stinge cu apă, se potrivește de sare și piper, iar cînd este aproape gata se adaugă vinul. Se servește cu cartofi natur sau cu orez.

975. **Ficăţei de pui sote**

300 g ficăţei de pasăre, 200 g ceapă, 100 g unt sau ulei, 100 ml vin, sare, piper, 1 legătură de pătrunjel verde.

Ceapa se taie mărunt, se călește în unt sau în ulei, apoi se adaugă ficăţeii curăţaţi de fiere și pieliţe; cei care sînt mai mari se taie în două-trei bucăţi. Se acoperă cu un capac și se înăbușă 10—20 min. Între timp, se amestecă ficăţeii cu o lingură ca să nu se prindă de fundul cratiţei. Cînd începe sosul să scadă, se adaugă vinul, pătrunjelul tăiat, sare și piper, după gust, și se mai lasă pe foc domol 5—6 min. Se servesc cu garnitură de cartofi natur sau cu orez.

976. **Ficăţei de pui în aspic**

300 g ficăţei de pui, 300 g aspic, piper, sare.

Ficăţeii se curăţă de pieliţe, avînd grijă să se înlăture și fierea, apoi se pun într-un vas cu apă și puţină sare și se fierb 10—12 min, după care se scot și se lasă să se răcească. Între timp, se încălzește aspicul din care se pune cîte o lingură la cești de cafea sau în alte forme pentru aspic. După ce aspicul de pe fundul ceștilor s-a întărit prin răcire, se decorează cu feliuţe de albuș fiert sau de morcov fiert, combinat cu frunzuliţe de pătrunjel; deasupra se așază ficăţeii, peste care se toarnă restul de aspic lichid (dar rece). După ce totul s-a întărit, se scoate conţinutul din cești sau din forme, încălzindu-se puţin fundul acestora în apă caldă, așezîndu-se apoi pe un platou, cu partea ornată în sus. (Pentru aspic v. reţeta 1541.)

977. **Pui umplut**

2-3 pui întregi, ficăţeii respectivi, 60 g untură, 200 g franzelă, 1/4 l lapte, 5 ouă (din care 3 fierte), 2-3 cepe, 1 legătură de pătrunjel verde, piper pisat, sare.

Puii, curăţaţi și spălaţi, se scurg de apă, li se scot plămînii și osul pieptului (cu grijă să nu se rupă carnea), după care se umplu cu următoarea compoziţie: în jumătate din untură se prăjește ceapa tăiată foarte mărunt și, cînd s-a rumenit, se adaugă franzela înmuiată în lapte, verdeaţa tăiată mărunt, piperul pisat, sare, 2 ouă crude și 3 fierte (tăiate în cubuleţe) și ficăţeii tocaţi. Se amestecă totul, se umplu puii cu compoziţia respectivă, se coase fiecare, se așază într-o tavă unsă, se ung și ei deasupra și se introduc în cuptorul bine încălzit, lăsîndu-se pînă se rumenesc. Se servesc tăiaţi în două sau în patru.

978. **Pui umplut cu ciuperci și orez**

2-3 pui, 100 g unt, 200 g ciuperci proaspete, 100 g orez, 2-3 ouă, 1 legătură de verdeaţă, sare, piper.

Puii se pregătesc pentru umplut la fel ca în reţeta precedentă și se umplu cu următoarea compoziţie: se curăţă ciupercile, se spală, se taie în feliuţe subţiri și se pun la prăjit cu unt într-o cratiţă, apoi se înăbușă pînă scade zeama lăsată de ele, se adaugă orezul spălat, pătrunjelul tăiat mărunt și se stinge cu apă fierbinte (de două ori mai multă decît cantitatea de orez). Se amestecă, se lasă cratiţa acoperită pe marginea plitei 10 min. după care se pune la răcit, apoi se adaugă ouăle, sare și piper după gust.

se amesteca și cu această compoziție se umplu puii. In rest pregătirea continuă la fel ca și în rețeta precedentă.

979. **Pui umpluți cu pesmet și nucă**

2-3 pui întregi, 60 g unt, 200 g pesmeți, 1/4 l lapte, 200 g miez de nucă, 2-3 ouă, sare.

Puii, curățați și spălați, se scurg, li se scot plămînii și osul pieptului și se umplu cu următoarea compoziție: pesmeții se sfărîmă și se umezesc cu lapte, se adaugă gălbenușurile, albușurile bătute spumă și miezul de nucă pisat. Se amestecă potrivindu-se de sare și cu această compoziție se umplu puii. Se coase fiecare pui și se așază într-o tavă unsă, se ung și ei cu unt și se introduc în cuptorul bine încălzit, lăsîndu-se pînă se rumenesc. Se servesc reci sau calzi, tăiați în două sau în patru.

980. **Rasol de găină cu hrean**

1 găină (circa 1 kg), 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 rădăcină de hrean, 2-3 linguri de oțet, 1/2 linguriță de zahăr, sare, 1 kg de cartofi.

După ce găina a fost tăiată, opărită și curățată, este recomandabil să se țină o zi sau chiar două zile la rece. În felul acesta carnea devine mai fragedă. După ce a stat la rece se opărește, apoi se spală atît găina cît și oala și se pune la fiert cu apă și puțină sare. După primul început de clocot se spumuiește, apoi operația se continuă de cîte ori apare spuma. Între timp, zarzavatul, care se poate pune în cantitate mai mare sau de mai multe feluri (țelină, varză, praz etc.), se curăță, se spală și se taie în două sau numai se crestează la capete și se pune în oala în care fierbe găina cînd aceasta este fiartă pe jumătate (zarzavatul de iarnă se poate pune mai din timp). Cartofii se fierb separat, într-un vas cu apă și sare, tăiați în bucăți. Găina, după ce este bine fiartă, se scoate într-un alt vas cu apă rece și puțină sare, pentru a nu se usca, iar supa se strecoară. Zarzavatul din supă se taie în felii mai groase și se ține într-o crăticioară cu puțină supă fierbinte. La servire se taie găina în bucăți și se servește cu legume (zarzavat) și cartofi fierbinți; separat, într-o sosieră, se pune hreanul ras cu sare, zahăr și oțet, după gust.

981. **Găină rasol cu sos de roșii sau orice fel de sos**

Găina se prepară la fel ca în rețeta precedentă, dar se servește cu sos de roșii sau oricare alt sos preparat după rețeta respectivă. Sosul se stinge cu supă în care a fiert găina.

982. **Găină rasol cu sos suprem**

1 găină (circa 1 kg), 150 g unt, 2 ouă, 100 g smîntînă, 200 g orez, 1/2 lămîie, 100 g făină, 1 ceapă, puțin zarzavat, numai pentru a da gust.

Găina se prepară la fel ca în rețeta 980. Din orez și jumătate din cantitatea de unt se prepară pilaful (într-o cratiță se încălzește unt, se adauga orezul spălat, se călește puțin și se stinge cu supă în care a fiert găina, socotindu-se la o parte orez 2—3 părți de supă. Se dă apoi în fiert, se amestecă, se acoperă cu un capac și se ține pe foc domol circa 20 min). Din restul de unt și făină se prepară sos suprem (se pune untul într-o cratiță pe foc domol, se adaugă făină, se călește 3—4 min fără să se rume-

nească, se stinge cu supă în care a fiert găina, se adaugă smîntîna și, după gust, sare și zeamă de lămîie. Se amestecă bine, iar după ce s-a luat de pe foc se amestecă din nou bine și se adaugă gălbenușurile). La servire se formează porții de orez cu polonicul, iar alături se pun bucățile de găină și sosul pe deasupra.

983. **Găină înăbușită, servită cu sosuri diferite**

Cînd găina este bătrînă sau cînd nu există cuptor, ea se taie în sferturi și se pune într-o cratiță cu grăsime și puțină apă, se acoperă și se fierbe înăbușit, adăugîndu-se din cînd în cînd cîte puțină apă, diferite condimente și legume. Cînd pasărea este gata, se scoate, iar în untura rămasă, după ce s-a lăsat să scadă lichidul, se adaugă puțină făină și bulion sau numai bulion și se stinge cu apă sau supă. În cazul în care se dorește carnea de găină cu sos alb, nu se mai pune bulion, însă se adaugă puțină făină și smîntînă și se stinge cu supă. Pentru sos picant se adaugă bulion, muștar, piper, vin și supă. Se lasă să fiarbă 20—30 min, după care se strecoară și se servește fierbinte la carne și cu diferite garnituri și salate.

984. **Friptură de pasăre**

Păsările (fie găină, curcan, pui, rață sau gîscă) au aceeași metodă de frigere.

După ce a fost curățată și spălată, pasărea se sărează în interior, se unge pe deasupra și se pune la fript în untură. Se adaugă puțină apă, cîteva felii de ceapă și morcov, boabe de piper și cîțiva căței de usturoi tăiați în două.

Se frige în cuptorul bine încins, iar dacă pasărea s-a rumenit dar este încă tare, se învelește într-o hîrtie unsă, se mai adaugă apă în tavă și se continuă frigerea pînă se frăgezește bine.

Păsările tinere se rumenesc într-un cuptor bine încins în 20—30 min, iar cele bătrîne, așa cum s-a arătat înainte, trebuie învelite în hîrtie și se continuă frigerea pînă se înmoaie carnea.

Cînd friptura este gata, se scoate, se stinge cu puțină apă, zarzavatul rămas în tavă se mai lasă puțin să fiarbă, iar sosul împreună cu zarzavatul se strecoară și se servește cu friptura, împreună cu diverse garnituri și salate.

985. **Găină umplută cu pesmet și miez de nucă**

Se prepară ca puiul umplut (v. rețeta 979).

986. **Anghemacht de găină**

Se prepară la fel ca anghemachtul de pui (v. rețeta 956).

987. **Blanchet de găină**

Se prepară la fel ca blanchetul de pui (v. rețeta 957).

988. **Kievskaia (piept de pasăre pane à la Kiev)**

Se pregătește numai din piept de pasăre tînără (pui). Piepții se scot întregi de pe osul central al pieptului, lăsîndu-li-se numai osul mic de la

aripi, cu care acestea se leagă de piept. Se curăţă apoi de piele, se bat ca pentru şniţele, avînd grijă să nu se zdrobească osul şi să nu se desprindă de fileu. Se presară cu sare şi piper, se rulează punînd înăuntru cîte 30 g unt frecat cu puţină sare, zeamă de lămîie şi piper pisat. Se rulează carnea spre osul mic menţinut, care trebuie să rămînă afară, iar untul trebuie să fie bine împachetat înăuntrul cărnii. Se trec rulourile o daată sau de două ori prin făină, ou bătut şi pesmet, după care se frig în untură multă şi bine încinsă, întorcîndu-se pe toate părţile.

Garnitură. După ce rulourile s-au prăjit, în aceeaşi untură se prăjesc feliile de franzelă tăiate de mărimea rulourilor, cu grosimea de un deget mai plin şi înmuiate în ou bătut. Aceste crutoane de franzelă se aşază pe un platou, iar peste ele se aranjează rulourile şi se garnisesc cu cartofi pai, mazăre sote şi alte legume. În momentul servirii se stropesc bucăţile cu unt proaspăt, iar pe vîrful osului amintit care trebuie să stea în sus, se fixează o hîrtie albă tăiată sub formă de trandafir sau franjuri.

989. **Pilaf de găină**

Se prepară la fel ca pilaful de pui (v. reţeta 967).

990. **Papricaş de găină**

Se prepară la fel ca papricaşul de pui (v. reţetele 963—966).

991. **Pasăre cu legume (ghiveci sîrbesc)**

1 kg carne de pasăre, 150 g untură, 100 g orez, 200 g ceapă, 3 kg legume (morcovi, dovlecei, mazăre, fasole verde, ardei gras, ţelină, cartofi, roşii), 100 ml vin, 1 legătură de verdeaţă, 50 g bulion, sare, piper, 1/2 căpăţînă de usturoi.

Pasărea se taie în bucăţi, se sărează şi se prăjeşte în jumătate din cantitatea de untură, după care se scoate într-o cratiţă. În untura rămasă se prăjesc ceapa şi usturoiul tăiate mărunt, se adaugă bulionul, se stinge cu apă caldă şi se răstoarnă peste carnea prăjită, lăsîndu-se să fiarbă împreună pînă se frăgezeşte carnea.

Între timp, se curăţă legumele, se spală, se taie în bucăţi, se pun într-o cratiţă cu restul de untură, se acoperă şi se înăbuşă pe plită sau în cuptor. Fasolea şi mazărea se pun la fiert separat. Cînd toate sînt fierte se pun intercalate într-o tavă adîncă sau într-o cratiţă. Se mai adaugă orezul spălat, pătrunjelul tăiat mărunt, vinul, sare şi piper, se amestecă, apoi deasupra se pun roşiile tăiate în bucăţi şi se introduce totul în cuptor, ţinîndu-se circa 50 min pentru gratinare.

992. **Găină la ceaun cu roşii**

1 kg carne de găină bucăţi, 100 ml ulei, 1 căpăţînă de usturoi, 1 kg roşii, verdeaţă, sare.

Carnea bine spălată se zvîntă, se pune într-un ceaun cu ulei, se acoperă cu capac şi se înăbuşă pînă începe să se rumenească. Se adaugă usturoiul tăiat mărunt, roşiile curăţate de pieliţă, verdeaţa tăiată mărunt, sare şi se mai înăbuşă împreună 10—15 min. Se serveşte cu mămăliguţă caldă.

993. **Găină cu ciuperci**

Se prepară la fel ca puiul cu ciuperci (v. reţetele 929 şi 930).

994. **Pîrjoale de pasăre**

600 g carne de găină, 150 g franzelă, 3 ouă, 100 g untură, 100 g pesmet, 50 g făină, 1 ceapă, 1 legătură de pătrunjel, sare, piper.

Carnea, scoasă de pe oase (dezosată), se taie în bucăţi şi se trece prin maşina de tocat. La tocătura obţinută se adaugă ceapă călită, franzela înmuiată în lapte sau în apă, pătrunjel verde tăiat mărunt, se amestecă şi se trece compoziţia încă o dată prin maşina de tocat, de data aceasta cu sită deasă; se adaugă 1 ou, sare, piper şi se amestecă bine. Se formează pîrjoale de formă lunguiaţă cu un capăt ascuţit (forma frunzei de vişin). Se dau pîrjoalele prin făină, ou bătut, pesmet şi se prăjesc în ulei sau în untură înfierbîntată, pînă se rumenesc pe ambele părţi.

Se servesc cu piure de cartofi, fasole, spanac, mazăre sau cu sote de morcovi. La servire, pîrjoalele se pot stropi cu unt topit şi cu mujdei de usturoi.

995. **Chiftele din carne de pasăre**

Tocătura pentru chiftele se prepară la fel ca în reţeta precedentă, după care din ea se formează chiftele cam de 40 g fiecare. Acestea se tăvălesc prin făină şi după ce li se dă o formă rotundă, plată, se prăjesc în ulei bine încins pe ambele părţi, fără să se usuce.

996. **Chifteluţe speciale (micuţe) de pasăre**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, reducîndu-se la jumătate franzela. Din tocătură se formează chifteluţe de circa 20 g, care se prăjesc în ulei foarte încins ca să se rumenească pe toate părţile repede şi să-şi păstreze sucul.

997. **Perişoare din carne de pasăre cu sos de smîntînă**

Tocătura se prepară la fel ca pentru chiftele (v. reţeta 1114). După ce se prăjesc se pun în sos alb cu smîntînă (v. reţeta 176) şi se mai lasă să fiarbă 10—20 min.

998. **Perişoare din carne de pasăre cu ciuperci**

La perişoarele pregătite ca în reţeta precedentă se adaugă 200—300 g ciuperci proaspete. Acestea se curăţă, se spală, se taie în felii şi se călesc puţin în unt, apoi se adaugă la perişoarele cu sos şi se mai fierb împreună 10—20 min.

999. **Crochete de pasăre**

600 g carne de pasăre (pui sau găină), 60 g unt, 60 g făină, 4 ouă; 80 g pesmet, 1/4 l lapte, ulei pentru prăjit.

Carnea de pasăre fiartă se taie în cubuleţe foarte mici care se introduc într-un sos alb pregătit astfel: se pun untul şi făina într-o cratiţă pe foc domol şi se amestecă pînă ce făina începe să capete o culoare gălbuie, se stinge cu lapte şi se lasă să fiarbă pînă ce se îngroaşă, amestecîndu-se tot timpul. În acest sos îngroşat se adaugă cubuleţele de carne, sare, piper şi se mai pot adăuga 2—3 ouă fierte şi tocate. Se amestecă şi cînd s-a răcit se împarte în porţii de 40—50 g, din care se formează crochete sub formă de degeţele, lungi de 4—5 cm, care se trec prin făină, ou

bătut și pesmet, apoi se prăjesc în ulei bine încins. În timpul prăjirii, crochetele trebuie întoarse mereu, ca să nu se ardă pe o parte. Se servesc cu mazăre sau morcov sote și cu salată verde sau de roșii.

1000. **Roșii umplute cu carne de pasăre**

500 g carne de pasăre, 200 g ceapă, 100 g untură sau ulei, 2 ouă, sare, piper, 1-1,5 kg roșii, 600 g sos tomat, 100 g smîntînă.

Roșii de aceeași mărime (12 buc.) se taie la cotor atît cît să permită să se scobească cu o linguriță miezul acestora. După ce li s-a scos miezul, roșiile se pun cu tăietura în jos să se scurgă, apoi se umplu cu carne preparată în felul următor: carnea de pasăre tăiată în bucăți mici se înăbușă în untură cu ceapă tăiată mărunt și, după ce se răcește, se trece prin mașina de tocat. Se adaugă sare, piper pisat, ouă (eventual și o felie de franzelă înmuiată în lapte) și se amestecă bine. Roșiile umplute se așază într-o tavă unsă cu ulei și se introduc în cuptor la foc potrivit, unde se țin pînă se rumenesc pe deasupra.

Se servesc cu sos tomat (v. rețeta 197), în care s-a pus și miezul de la roșiile scobite. Sosul se mai fierbe cu miezul de roșii 15—20 min, după care se strecoară.

La masă se servește fie sosul separat, fie turnat peste roșii împreună cu smîntîna.

1001. **Piroști cu carne de pasăre**

Pentru cocă: *600 g făină, 15 g drojdie, 30 g unt, 30 g zahăr, 200 ml lapte, 1 ou, sare.*

Pentru umplutură: *400 g carne de pasăre, 100 g ceapă, 50 g untură, 2 ouă, sare, piper.*

Se cerne făina într-un vas încălzit, după care se adaugă drojdia dizolvată în lapte călduț, zahărul, sare, 1 ou și untul topit. Se amestecă cu o lingură, iar după ce s-a încorporat făina, se frămîntă cu mîna și se pune aluatul la dospit la loc călduț, 1—2 ore (timpul dospitului este în funcție de drojdie și de temperatura din bucătărie).

Între timp, se pregătește umplutura, la fel ca în rețeta 1000, cu care se umplu pătrate sau dreptunghiuri decupate din coca preparată înainte, întinsă pe o planșetă în foaie subțire. Se îndoaie coca cu un cuțit sau cu furculița, se lipesc marginile și se mai lasă la crescut, după care piroștile se prăjesc în ulei, sau se coc la cuptor, unse cu ou bătut și așezate în tăvi unse cu untură.

1002. **Găină umplută**

1 găină nu prea bătrînă, de circa 1,5 kg, 300 g carne de porc, 100 g franzelă, 100 g untură, 100 g ceapă, 1 legătură de pătrunjel verde, 2-3 ouă, ficatul și pipota de la găină, sare, piper, 50 g de unt.

Găina se curăță, se spală, se șterge, se sărează și se lasă la rece pînă se prepară umplutura. (Se recomandă să se scoată osul de la piept prin tăietura prin care s-au scos intestinele.)

Carnea de porc se dă prin mașina de tocat împreună cu ficatul și pipota. Între timp, se călește în untură ceapa tăiată mărunt și după ce s-a rumenit puțin se adaugă carnea tocată și împreună se mai călesc 10—20 min. Apoi se ia de pe foc, se adaugă franzela înmuiată în lapte și stoarsă,

pătrunjelul verde tăiat mărunt, ouă, sare, piper și se amestecă bine. Cu compoziția obținută se umple găina, se coase, se unge cu unt, se așaza într-o tavă și se introduce în cuptor; din cînd în cînd se stropește cu grăsimea din tavă și se adaugă cîte 2—3 linguri de apă caldă, ca să nu se ardă sosul format. Găina se întoarce din cînd în cînd ca să se rumenească frumos pe toate părțile.

Cînd este gata se lasă să se răcorească puțin, se scoate ața, apoi se taie pulpele, se scoate umplutura, avînd grijă să nu se zdrobească. Pieptul se taie în felii, la fel și umplutura. Se aranjează pe un platou și se garnisește cu frunză de salată verde, felii de roșii sau de sfeclă fiartă, preparată cu sare și oțet sau cu zeamă de lămîie.

1003. **Curcan umplut**

Se prepară la fel ca găina umplută (v. rețeta precedentă).

1004. **Piept de pasăre cu andive**

600 g piept de pasăre (găină grasă sau curcan), 100 g unt, 500 g andive, 100 g smîntînă, sare.

Pieptul de pasăre se taie în felii care se bat foarte ușor, se sărează, se trec prin făină și se prăjesc pe rînd în unt, după care se scot și se pun într-o cratiță, se acoperă cu un capac și se înăbușă. În untul rămas se înăbușă andivele curățate, spălate și tăiate în patru, pe lungime. După ce s-au înmuiat andivele se adaugă la carne. Se mai adaugă smîntîna, sare și cîteva linguri de supă de oase sau de găină, sau apă și împreună se mai înăbușă 10—20 min.

1005. **Pasăre cu dovlecei sau cu mazăre**

Se prepară la fel ca puiul cu dovlecei sau cu mazăre (v. rețetele 939 și, respectiv, 944).

1006. **Piept de pasăre pane**

600 g piept de curcan sau de găină, 30 g făină, 100 g untură, 100 g pesmet, 2 ouă, 50 g unt, sare, piper, 1/2 lămîie.

Pieptul de curcan sau de găină se taie în felii care se bat cu ciocanul de șnițele, se stropesc cu zeamă de lămîie, se presară cu sare și piper, se dau prin făină, ou bătut, prin pesmet și se prăjesc în untură înfierbîntată, rumenindu-se pe ambele părți.

Se servește imediat, cu unt stropit pe deasupra și cu felii de lămîie și garnitură de piure de cartofi sau cu legume sote și salată de roșii, castraveți sau salată verde.

1007. **Ostropel de găină**

Se prepară la fel ca ostropelul de pui (v. rețeta 959).

1008. **Galantină de pasăre**

1 pasăre de 1,5 kg sau un pui de curcan, 400 g carne de porc sau de vițel, 200 g slănină, 30 ml coniac, 2 ouă, 100 g șuncă, 2-3 castraveciori, 1 foaie de dafin, sare, piper, nucșoară.

Se curăță pasărea de pene și de fulgi și se trece prin flacără ca sa ardă restul de fulgi, fără să se atingă pielea. Se curăță bine de ciumpi fără a se opări, se spală întreagă și se șterge pielea cu un prosop uscat (șervet). Se taie cu un cuțit de-a lungul șirei spinării, de la gît la coadă, în așa fel ca să se poată jupui toată pielea, cu un strat cît mai subțire de carne. Se taie și aripile cît mai sus, picioarele de la genunchi și capul cu jumătate din gît.

După ce pasărea a fost jupuită, se scot intestinele și se curăță toată carnea de pe oase, în așa fel ca pieptul să rămînă întreg. Carnea scoasă de pe oase se completează cu carne de la o altă pasăre sau cu carne de porc sau de vițel (din pulpă) care se spală în apă caldă ca să se albească și apoi se șterge cu un șervet uscat. Se taie carnea în bucăți, se adaugă o parte din slănină și se trece totul de 2—3 ori prin mașina de tocat (a doua oară se trece prin mașina de tocat cu sită mai deasă). Se frămîntă totul bine, adăugînd coniacul, nucșoara, sare, piper și ouă. Se udă un șervet, se stoarce bine și pe el se întinde pielea jupuită de la pasăre, cu partea exterioară pe servet. Peste pielea întinsă se pune jumătate din compoziția pregătită înainte, iar peste aceasta, la mijloc, se așază cele două părți de piept tăiate în două, felii de slănină (afumată sau opărită), castraveciori, ficatul păsării și șunca fiartă, toate tăiate în bucățele lungi de grosimea degetului. Toate se aranjează la mijloc și de-a lungul pielii, pentru ca atunci cînd galantina se taie felii acestea să aibă un aspect frumos. Se acoperă apoi cu restul de compoziție și se strînge pielea cu ajutorul șervetului. Se coase apoi pielea de-a lungul tăieturii, la gît, aripi și picioare. Se strînge bine șervetul avînd grijă ca pielea păsării să fie cu pieptul în sus. Se leagă cu o sfoară în cîteva locuri peste șervet și se pune la fiert într-un vas lung de mărimea galantinei. Acesta se umple cu apă atît cît să acopere galantina, se adaugă cîteva felii de ceapă, țelină, rădăcină de pătrunjel, foaia de dafin, cîteva boabe de piper, sare și toate oasele rămase de la pasăre. După ce a dat în fiert se spumuiește și se acoperă vasul cu un capac. Se lasă să fiarbă lent 1 1/2 oră. Cînd șervetul se umflă ca o bășică și apoi începe să se dezumfle, galantina este gata. Atunci se ia vasul de pe mașina de gătit și se lasă descoperit să se răcească puțin, apoi se taie sforile și se despachetează galantina, iar șervetul se spală, se stoarce bine și cu el se înfășoară din nou galantina, se leagă cu sfoară și se pune la rece sub presă. A doua zi se scoate galantina din șervet și se ține la rece pînă la servire, sau se taie în felii, se aranjează pe platou și se glasează cu aspic.

Aspicul se prepară din zeama în care a fiert galantina, după cum urmează. Zeama de la fierberea galantinei, în care s-au fiert și capul, picioarele și toate oasele rămase de la pasăre, se strecoară, se degresează, se toarnă într-o formă sau într-un vas și se ține la rece pînă se încheagă. Dacă zeama nu se întărește suficient, trebuie să se adauge 30—40 g gelatină la 1 litru de zeamă, procedînd apoi la fel ca la aspic (v. rețeta 1541). Aspicul se folosește pentru glasat sau după ce s-a întărit bine se taie în cubulețe și se garnisește cu el galantina.

1009. **Piftie de pasăre**

Pasărea tăiată (cocoș sau alte păsări) se curăță, se spintecă, se scot intestinele, se spală bine și se pune într-o oală cu apă rece. Se lasă pe foc pînă cînd este gata să dea în fiert și se ridică spuma. Se trage oala de pe foc, se scoate carnea, se spală de spumă și se pune într-un vas curat cu apă rece și puțină sare. După ce a dat în fiert se mai adună spuma și se lasă să fiarbă lent. Dacă pasărea este bătrînă, se adaugă legumele și

ceapa după ce carnea este pe jumătate fiartă (1—2 cepe, 1/2 țelină, 1 morcov, cîteva boabe de piper și o foaie de dafin). Dacă carnea s-a fiert, se scoate din zeamă, iar zeama se mai lasă să scadă prin fierbere, pînă cînd la proba de încercare se va lega (încercarea se face punînd o lingură de zeamă la răcit, dacă nu se întărește atunci ori se mai fierbe zeama pînă mai scade, ori se adaugă 20—40 g de gelatină la 1 l de zeamă).

Între timp, se îndepărtează oasele, iar carnea se taie în bucăți sau felii, care se pun în forme sau în farfurii adînci, așezînd feliile de piept deasupra. Se decorează cu felii de morcov fiert, frunze de pătrunjel verde și cu felii de ou fiert. Se toarnă deasupra zeama strecurată și potrivită de sare și usturoi și se lasă să se închege la rece. Se servește cu felii de lămîie sau cu salată de sfeclă cu hrean.

1010. **Medalion de pasăre**

600 g carne de pasăre, 300 g sos alb, 100 g unt, 500 g salată à la rus, 100 g maioneză, sare, piper, 300 g aspic.

Se fierbe pasărea, se curăță carnea de pe oase și se trece prin mașina de tocat. Separat se prepară un sos alb, la care se adaugă jumătate din aspicul prevăzut. Din acest sos se pune jumătate la carnea tocată și după ce s-a amestecat se mai adaugă unt frecat spumă, sare și piper, după gust, amestecîndu-se din nou bine.

Se ia o formă rotundă de tablă cu diametrul de 7 cm și înălțimea de 1 cm (formă fără fund), se udă cu apă rece, se așază pe un fund de lemn, se umple cu compoziția (pasta) de pasăre preparată mai înainte, se netezește la suprafață cu cuțitul, apoi se ridică forma rămînînd pasta sub forma unui cilindru cu înălțimea de 1 cm. La fel se procedează cu întreaga cantitate de compoziție, după care medalioanele se lasă să se întărească la rece. Medalioanele formate și răcite se glasează fiecare cu restul de sos, ușor încălzit și amestecat pînă se leagă, după care se pun din nou la rece. După ce s-au întărit, se ornează cu cîte o floare făcută din legume tăiate și combinate și frunze de pătrunjel verde; acestea se aplică lipindu-se cu aspic. Se glasează apoi din nou, de data aceasta cu aspic lichid. Toate aceste operații se fac la rece.

Cu aceeași formă rotundă de tablă, fără fund, se fac medalioane din salată à la rus, deasupra cărora se așază medalioanele preparate din carne de pasăre. Pe margine, medalioanele de salată à la rus se ornează cu maioneză. Medalioanele se aranjează pe un platou garnisit pe margine cu frunze de salată verde, sau și cu restul de aspic închegat și tocat mărunt sau în diferite forme.

1011. **Pastramă de pasăre**

Pentru 3 kg de piepți și pulpe de pasăre: *50 g sare, 5 g piper, 3 g ienibahar, 5 g boia de ardei, 60 g usturoi, 3 g silitră, 1-2 foi de dafin, cimbru, 1/2 pahar de apă.*

Din piepții și din pulpele de la găină sau altă pasăre se scot ușor oasele, făcîndu-se o singură tăietură spre interior, astfel ca aceasta să nu se deformeze. Se presară cu puțină sare, iar cu restul de sare și cu toate componentele prevăzute și apă se prepară un amestec lichid cu care se freacă carnea. După aceea, bucățile se așază foarte strîns (îndesat) într-un vas, care se acoperă ermetic și se ține la un loc răcoros 5 zile. Între timp, se întoarce carnea în așa fel ca bucățile de deasupra să ajungă la fundul vasului, și invers. În a șasea zi, carnea se scoate din vas, se leagă cu

sfoară la un capăt care a fost găurit puţin cu vîrful cuţitului şi se ţine atîrnată o zi pentru zvîntat, după care se pune la fum rece pentru 2—3 zile.

Se păstrează la loc uscat. Se consumă fără alte preparate, tăindu-se foarte subţire. Eventual se poate frige la grătar sau la tigaie.

1012. **Sarmale cu carne de pasăre**

0,600-1 kg carne de pasăre (găină, curcan sau gîscă), 1-2 căpăţîni de varză acră sau dulce, 100 g orez, 200 g ceapă, 100 g untură de pasăre sau ulei, 50 g bulion, cîteva boabe de piper, 1 fir de cimbru, 1 g piper pisat.

Carnea se spală, se ia de pe oase, se taie în bucăţi şi împreună cu ceapa tăiată felii şi călită puţin, în 50 g de untură, se dau prin maşina de tocat. Între timp, se spală orezul, se pune cu apă la opărit şi după ce s-a umflat se scurge şi se clăteşte cu apă rece pînă se va răci, după care se adaugă la tocătură, apoi se adaugă sare şi piper şi se amestecă. Dacă carnea este slabă, se adaugă 1/2 pahar de apă. Se desface varza în foi; dacă este dulce se opăreşte în apă cu sare acrită puţin cu borş sau cu oţet, iar dacă varza este prea acră sau sărată se spală în apă caldă şi se clăteşte bine. La frunzele mici se taie nervura, iar dacă frunzele sînt mari acestea se taie în 2—3 în lungul nervurii, de o parte şi de alta a acesteia. Se fac sarmale mici, cam de 60 g fiecare şi se aşază într-o cratiţă, în care s-a pus un strat de varză tocată; puţină varză tocată se pune şi deasupra sarmalelor. Cimbrul şi boabele de piper se pun la mijloc, între sarmale, apoi vasul cu sarmale se umple cu zeama pregătită astfel: în restul de untură se căleşte o ceapă tăiată mărunt şi cînd s-a îngălbenit puţin se adaugă bulion, se stinge cu apă şi se toarnă peste sarmale pînă aproape de nivelul lor. La începutul fierberii sarmalele se umflă, iar după cîteva minute ele se aşază şi se dezumflă, şi după aceea se mai poate adăuga zeamă. Cînd sarmalele sînt aproape gata, se controlează dacă nu cumva sînt prea scăzute; se mai adaugă apă fierbinte şi un rînd de felii de roşii care se pun deasupra şi se introduc în cuptor ca să se gratineze. Se servesc cu mămăliguţă caldă.

1013. **Raviole cu carne de pasăre**

500 g carne de pasăre, 1 ou, 100 g ceapă, 50 g grăsime, piper, sare, 100 g caşcaval.

Pentru cocă: *400 g făină, 1 ou, 1 lingură de ulei.*

Pentru sos: *50 .g unt, 25 g făină, 50 g bulion sau 500 g roşii.*

Carnea de pasăre se pune la fiert cu apă şi puţină sare; pentru gust se pot adăuga şi cîteva felii de legume şi ceapă. Între timp, din făină, ouă şi apă cît cuprinde făina se prepară coca pentru colţunaşi şi se ţine acoperită pînă va fi gata umplutura din carnea de pasăre fiartă.

Carnea împreună cu ceapa călită în untură se dau prin maşina de tocat, se adaugă 1 ou, sare şi piper după gust şi se amestecă bine.

Din cocă se întinde, pe o planşetă presărată cu făină, o foaie subţire care se taie în pătrate cu latura de 5—6 cm sau se decupează cu un pahar sau cu o formă specială. La mijlocul pătratului se pune umplutura respectivă, apoi se îndoaie marginile şi se lipesc. Raviolele astfel pregătite se pun la fiert într-un vas cu apă clocotită şi cu sare, timp de 10—15 min, după care se scurg, se pun într-o tavă unsă cu unt, se toarnă deasupra sos tomat (v. reţeta 197), se presară cu caşcaval ras şi se introduc în cuptor pînă se rumeneşte caşcavalul. Se servesc cu unt fierbinte.

1014. **Raviole cu carne de pasăre à la „Florentin"**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că pentru umplutură carnea fiartă nu se dă prin mașina de tocat, ci se taie în pătrățele mici și se amestecă cu 500 g de spanac fiert, răcit și tocat. Se adaugă sare, piper și 2 ouă, se amestecă totul și cu această umplutură se umplu raviolele.

1015. **Salată de pasăre**

200-300 g carne de pasăre, 1 kg de cartofi, 100 g mere, 1 țelină, 200 g maioneză, 1 lingură de muștar, 2 ouă, 30 ml coniac, sare, piper.

Cartofii, fierți și curățați, se taie ca fideaua; la fel se taie carnea fiartă, merele curățate și țelina crudă. Din cantitatea de carne numai jumătate se amestecă cu salata, cealaltă jumătate oprindu-se pentru garnisit. Se adaugă o parte din maioneză, muștarul, coniacul, piper pisat și sare, după gust. Se amestecă lejer, se așază salata pe un platou și i se dă o anumită formă, se nivelează cu lama unui cuțit și deasupra se garnisește cu restul de carne de pasăre peste care se ornează cu rondele de ouă fierte, legume fierte și cîteva frunzulițe de pătrunjel verde. Marginea salatei se ornează împrejur cu restul de maioneză. Se ține la rece și, după gust, se poate glasa cu aspic lichid pe deasupra.

1016. **Salată de pasăre cu andive**

200-300 g piept de pasăre fiert, 300-500 g andive, 1 lingură de zeamă de lămîie, 250 g maioneză, sare, piper.

Se aleg andive albe (cele cu frunze verzi fiind amare), se taie rădăcina, iar în cazul în care există și frunze pătate cu puncte negre, acestea se înlătură. Se spală în apă rece (fără să se țină mult în apă, căci se amărăsc), se taie andivele în lung, apoi în 2—3 de-a curmezișul, se pun într-un castron sau într-o salatieră și se adaugă carnea de pasăre fiartă, tăiată subțire, maioneza, zeama de lămîie, potrivindu-se după gust cu sare și piper. Se mai pot adăuga și 2—3 linguri de smîntînă groasă.

Se servește ca salată aperitiv.

1017. **Tarte din foitaj umplute cu carne de pasăre**

600 g carne de pasăre, 200 g sos alb (30 g unt, 30 g făină), 2 ouă, 50 g cașcaval, sare, piper și 12 tarte.

Tartele se prepară din timp, după rețeta 1441. Carnea de pasăre se pune la fiert cu apă, sare, 1 ceapă, 1/4 țelină, 1 morcov, toate acestea pentru gust. După ce a fiert, carnea se taie în pătrățele mici, iar din supă, făină și unt se prepară puțin sos (circa 200—300 g), la care se adaugă 2 gălbenușuri, sare, piper și pătrățelele de carne. Se amestecă și cu compoziția respectivă se umplu tartele, peste care se presară cașcaval ras. Tartele se introduc în cuptor, unde se țin pînă se gratinează bine. Se servesc cîte două la porție.

1018. **Volovan (vol-au-vent) cu carne de pasăre**

Pentru aluat foitaj: *300 g făină, 250 g unt sau margarină, 1 ou, 1/2 linguriță oțet, 10 g sare, apă rece.* Pentru umplutură: *600 g carne de pasăre, 50 g unt, 50 g făină, 1/4 l lapte, 100 g smîntînă, piper, sare, lămîie.*

Pentru prepararea foitajului v. rețeta 54.

După ce coca este gata, se întinde o foaie de 2 cm grosime din care se decupează cu o formă de tablă rondele de 8 cm diametru, în mijlocul cărora se crestează apoi ușor, cu o formă mai mică încinsă în ulei sau untură fierbinte, rondele mai mici (căpăcele) care se vor scoate (decupa) după coacere. Se ung rondelele cu gălbenuș de ou, se așază pe o tavă rece, puțin umezită (stropită cu apă rece) și se introduc la început în cuptorul bine încins. Cînd acestea au crescut se slăbește puțin focul și se mai lasă în cuptor pînă se rumenesc. După ce s-au copt și s-au răcit, se decupează căpăcelele și se mai scobește din mijloc miezul acestora, ca să aibă loc umplutura.

Carnea de pasăre fiartă se taie în cubulețe mici și se pune în următorul sos: se încălzește untul, se adaugă făina și cînd se încinge se stinge cu lapte cald și cu smîntînă încălzită, se adaugă sare și piper, se mai fierbe 5—10 min, apoi se adaugă carnea de pasăre, se mai lasă încă 5—6 min pe foc, după care cu această compoziție se umplu volovanele.

1019. **Volovan cu carne de pasăre și ciuperci**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că se reduce la jumătate carnea de pasăre, însă se mai adaugă în compoziția de umplutură 200—300 g ciuperci proaspete, curățate, spălate, tăiate felii subțiri și călite în 50 g unt sau ulei. Se mai poate adăuga și puțin pătrunjel verde tăiat mărunt.

1020. **Zacuscă din carne de pasăre și ciuperci**

300-400 g carne de pasăre fiartă, 200-300 g ciuperci, 500 g arpagic, 200 g ceapă, 150 ml ulei, 50 g bulion, 100 ml vin, 1 g piper pisat, 1 legătură de verdeață, sare.

După ce se curăță și se spală, ciupercile se taie în cubulețe cu latura de 1—2 cm. Între timp, se curăță ceapa, se taie mărunt și se călește în jumătate din cantitatea de ulei, iar în restul de ulei se înăbușă arpagicul în prealabil curățat. Cînd ceapa s-a prăjit pe jumătate, se adaugă ciupercile, se înăbușă 10—15 min, se mai adaugă bulionul și se stinge cu vin și cu zeamă în care a fiert carnea de pasăre. Se adaugă carnea fiartă (eventual și prăjită) tăiată în cubulețe, arpagicul înăbușit, măslinele opărite dinainte, sare și piper, se pune compoziția într-o tavă, se introduce în cuptor și se ține pînă dă în fiert.

Se servește rece, presărată cu pătrunjel verde tăiat mărunt și cu felii de lămîie pe deasupra.

1021. **Friptură de curcan la tavă**

1 curcan sau o bucată, untură pentru uns, sare.

Dacă curcanul este mai bătrîn, după ce s-a curățat de pene și s-au scos măruntaiele, trebuie ținut la rece 2—3 zile, să se frăgezească. Apoi se taie sau se lasă întreg, se spală bine, se șterge cu un șervet uscat, se freacă în interior cu o bucată de lămîie, se sărează, se unge în interior și pe deasupra cu untură sau cu ulei și se așază într-o tavă în care s-a pus o lingură de untură și 1/2 pahar de apă. Se introduce în cuptorul bine încălzit, avînd grijă ca în timpul frigerii să se întoarcă curcanul cînd pe o parte, cînd pe cealaltă, ca să se frigă peste tot. De asemenea, se adaugă din cînd în cînd cîte puțină apă caldă, altfel se arde grăsimea din tavă cu care

se unge mereu friptura. Dacă s-a rumenit prea repede, curcanul se învelește cu o coală de hîrtie albă sau cu pergament bine uns cu grăsime și se continuă frigarea pînă carnea devine fragedă. În locul hîrtiei este mai practic să se învelească curcanul cu o foaie făcută dintr-o cocă de făină cu apă. După ce curcanul s-a fript, se scoate din tavă, sosul se strecoară, iar el se taie astfel: mai întîi pieptul în felii subțiri, apoi pulpele în bucăți. La servire se pune cîte o bucată de pulpă, iar peste ea se pun felii de piept, garnisindu-se cu diferite garnituri de cartofi sau de legume, iar sosul strecurat din tavă se toarnă peste carne.

1022. **Friptură de curcan în aspic**

Pentru acest fel de friptură trebuie ca curcanul să fie gras. Se frige la cuptor la fel ca friptura de curcan din rețeta precedentă. După ce s-a răcit, curcanul se taie astfel: întîi pieptul în felii cît mai subțiri, apoi se taie și pulpele, dar în bucăți potrivite, cam de 50—60 g. Se așază pe un platou, întîi bucățile din pulpe peste care se pun feliile de piept, se toarnă deasupra aspicul lichid, după care se pun la un loc răcoros sau în frigider. După ce aspicul s-a închegat, se ornează deasupra cu bucăți de diferite forme tăiate din legume, ouă fierte, ardei roșii sau gogoșari, castraveciori etc. Aceste legume aplicate sau date prin aspic lichid prin răcire se prind de carne, putînd fi glasate pe deasupra cu aspic. Aspicul are două roluri: 1) apără carnea ca să nu se înnegrească; 2) conferă preparatului un aspect lucios, atrăgător, dîndu-i și un gust plăcut.

Pentru prepararea aspicului rețeta 1541.

1023. **Curcan cu măsline**

1 kg carne de curcan, 100 ml ulei, 100 g ceapă, 50 g bulion, 120 g măsline, 1/2 lămîie, 100 ml vin, 30 g făină, 1 morcov, 1/2 țelină, foi de dafin, cimbru, piper boabe, sare.

Curcanul se taie în bucăți (nu se sărează) care se prăjesc în ulei; acestea se scot, iar în uleiul rămas se călesc ceapa și legumele tăiate în felii subțiri. După ce legumele s-au rumenit puțin, se adaugă făina, bulionul, se stinge cu vin și apă, se adaugă o foaie de dafin, o ramură de cimbru, boabe de piper și se mai lasă să fiarbă 20—30 min. Se strecoară apoi peste carnea de curcan și se mai fierb împreună pînă se face carnea fragedă. Separat se opăresc măslinele, după care se spală și se pun la fiert. Măslinele fierte se adaugă spre sfîrșitul fierberii cărnii și împreună se mai fierb 5—6 min, după care se potrivește mîncarea de sare. La servire se pune cîte o felie de lămîie pe fiecare bucată de carne. Se servește rece sau cald.

1024. **Piftie de curcan**

Se prepară la fel ca piftia de pasăre (v. rețeta 1009).

1025. **Curcan umplut cu castane**

1 curcan tînăr, 500 g carne de porc, 1 kg castane, 100 g unt, 100 ml ulei sau untură, piper, sare, 30 g coniac sau rom.

Se curăță curcanul, se spală, se sărează, se ține la rece cîteva ore, după care se șterge pe dinăuntru cu un șervet uscat și se umple cu următoarea compoziție: carnea de porc se trece prin mașina de tocat cu sită deasă, se

potrivește de sare, piper, se amestecă și se pune într-o tigaie cu unt, pe foc; se prăjește puțin, amestecînd.

Între timp, castanele se crestează în cruciș și se pun la fiert timp de 1 oră. După ce se curăță de coaja exterioară și de cea interioară, se pun într-o cratiță, cu puțină apă și unt, și se înăbușă sub capac pînă se înmoaie. Apoi, castanele se trec prin sită sau se adaugă la carnea prăjită și împreună se trec prin mașina de tocat. Se adaugă romul, se amestecă și cu compoziția obținută se umple curcanul, se coase, se unge cu ulei, se așază într-o tavă cu puțină apă și se introduce în cuptorul încălzit potrivit; se frige încet ca să se pătrundă bine. După ce curcanul s-a rumenit se întoarce și se unge cu zeama din tava în care se frige. Spre sfîrșit nu se mai unge, pentru ca să se formeze crusta de piele. Curcanul umplut se tranșează astfel: după ce i s-a scos ața se taie pulpele, apoi pieptul în felii, la fel și umplutura. Se poate servi cald sau rece.

1026. **Curcan umplut cu ciuperci**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că în loc de castane se folosesc ciuperci proaspete, spălate, tăiate în felii foarte subțiri și înăbușite în ulei împreună cu 1—2 cepe tăiate mărunt. Se continuă apoi pregătirea după explicațiile din rețeta precedentă.

1027. **Curcan umplut cu nuci**

1 curcan, 500 g miez de nucă, 500 g ceapă, 200 ml ulei, 5-6 ouă, 100 g pesmet alb, 2-3 linguri de pătrunjel verde tăiat mărunt, 50 ml rom, sare, piper.

Curcanul se curăță, se spală, se șterge cu un șervet uscat, se sărează și se ține la rece pînă se prepară umplutura.

Miezul de nucă se curăță, se pune într-o tavă pe hîrtie albă și se introduce în cuptor, la foc foarte slab și cu ușa cuptorului deschisă, amestecîndu-se mereu pînă se usucă bine. Se lasă apoi să se răcească și se trece prin mașina de tocat sau prin mașina de nuci.

Între timp, se taie ceapa mărunt, se călește cu o parte din ulei pînă se rumenește puțin, după care se ia de pe foc și se adaugă pesmetul, pătrunjelul verde tăiat mărunt, ouăle, piper, sare și nucile măcinate. Se amestecă, se adaugă romul și cu compoziția respectivă se umple curcanul, care se coase, se unge cu restul de ulei, se așază într-o tavă cu puțină apă și se introduce în cuptor, ungîndu-se din cînd în cînd (din 10 în 10 min) cu grăsimea din tavă. După ce s-a rumenit se întoarce, iar dacă s-a rumenit prea repede se micșorează focul și peste curcan se pune o hîrtie unsă cu grăsime și se continuă frigerea cam 2—3 ore.

1028. **Curcan cu varză**

Se prepară la fel ca rața pe varză (v. rețeta 1041).

1029. **Gîscă sau rață friptă la cuptor**

Gîsca se curăță, se spală, se sărează și se așază într-o cratiță sau tavă cu puțină apă (fără nici un fel de grăsime), se acoperă cu un capac și se frige înăbușit. În timpul frigerii se întoarce de mai multe ori și se stropește cu propria untură, topită din gîscă în timpul frigerii. Pentru gust și aromă se pot pune la fript, împreună cu gîsca, și cîteva felii de ceapă,

morcovi, ţelină, boabe de piper, iar cînd gîsca este rumenită şi bine pătrunsă (friptă gata) se adaugă 1 pahar de vin. După ce gîsca a fost scoasă din tavă, se strecoară sosul care se foloseşte fierbinte la stropirea garniturilor cu care se va servi la masă.

1030. **Gîscă sau raţă cu ciuperci**

1 kg carne de gîscă sau de raţă, 2-3 cepe, 500 g ciuperci, 100 ml ulei, 30 g bulion, 100 ml vin, 1 legătură de pătrunjel verde, sare, piper.

Carnea se taie în bucăţi (ca pentru o porţie), se sărează, se prăjeşte pe ambele părţi în ulei şi se scoate într-un alt vas. În uleiul rămas se călesc ceapa tăiată mărunt şi ciupercile tăiate în felii subţiri, după care se adaugă bulionul şi se stinge cu vin şi cu puţină apă caldă. Se adaugă apoi carnea prăjită şi împreună se fierb pînă carnea este gata. La urmă se adaugă sare, piper şi pătrunjel verde tăiat mărunt.

1031. **Raţă sau gîscă cu măsline**

1 kg carne de raţă, 30 g făină, 100 ml ulei, 150 g măsline, 200 g ceapă, 50 g bulion, 100 ml vin, 1/2 lămîie, 1 foaie de dafin, cimbru, piper, sare.

Carnea se taie în bucăţi, se sărează, se prăjeşte pe ambele părţi, după care se scoate în alt vas. În uleiul rămas se călesţe ceapa tăiată mărunt, la care se adaugă făina, bulionul şi se stinge cu apă caldă, apoi se adaugă carnea de raţă prăjită şi se lasă să fiarbă. Cînd carnea este pe jumătate fiartă, se adaugă sare, piper, frunza de dafin, vinul, măslinele desărate prin opărire şi felii de lămîie. Se mai lasă să fiarbă pînă va fi carnea fragedă si sosul scăzut potrivit.

1032. **Casolet de gîscă sau raţă**

1 kg carne de gîscă sau raţă, 150 g costiţă afumată, 6 felii de parizer, 400 g fasole albă, 100 ml ulei, 300 g ceapă, 50 g bulion, 1 foaie dafin, 1 crenguţă de cimbru, sare, piper, usturoi.

Carnea de gîscă sau de raţă se prepară la fel ca în reţeta precedentă, iar în loc de măsline se pune la fiert fasolea la care se adaugă costiţa afumată şi se fierb împreună. Separat, în ulei, se prăjeşte parizerul, apoi se scoate şi se ţine la cald, iar în uleiul rămas se călesţe ceapa tăiată mărunt, usturoiul, se adaugă bulion, se stinge cu puţină apă şi se toarnă în oala cu fasole. Se mai adaugă foaia de dafin, piperul şi cimbrul. Cînd fasolea s-a fiert, se scoate costiţa şi se taie în felii. La servire se pune fasolea pe platou sau în farfurie, iar carnea deasupra, peste care se aşază parizerul, costiţa, stropindu-se cu sosul de la carne, fierbinte.

1033. **Gîscă umplută**

Se prepară la fel ca şi curcanul umplut (v. reţeta 1003).

1034. **Gîscă cu varză murată**

Se prepară la fel ca raţa pe varză (v. reţeta 1041).

1035. **Pateu de gîscă în aspic**

500 g ficat de gîscă, 200 g unt, 50 ml coniac, 300 g aspic, piper, nucşoară, sare.

Se curăță ficatul de părțile pătate de fiere și de pieliță, după care se ține cîteva ore în lapte dulce, la rece. După ce se ia de la rece, se pune la fiert într-un vas acoperit, împreună cu 50—100 g grăsime de pasăre, puțin vin, 1 foaie de dafin, cîteva boabe de piper, sare și se fierbe circa 30 min. Se lasă apoi să se răcească în zeama în care a fiert, după care se curăță de grăsimea de deasupra, se dă prin mașina de tocat de două ori (a doua oară prin sita deasă), după care se adaugă untul moale, coniacul, nucșoara, piper pisat, sare și se amestecă bine, frecîndu-se cu o lingură de lemn pînă se obține o pastă pufoasă. Cu pasta obținută se umple o formă mică de chec sau alte forme mici (de tarte sau cești de cafea), se lasă să se întărească bine la rece, apoi încălzindu-se puțin forma în apă caldă se răstoarnă pe un platou. Pateul de ficat se ornează după gust și după ce este bine răcit se glasează de 2—3 ori cu aspic, iar în jur se garnisește cu aspic tocat sau cu cuburi de aspic (v. rețeta 1541).

1036. **Pastramă de gîscă**

1 gîscă de circa 3-4 kg curățată și fără oase, 50-60 g sare, 5 g piper, 3 g ienibahar sau coriandru, 5 g boia de ardei, 60 g usturoi, 3 g silitră, 1-2 foi de dafin, cimbru, 1/2 pahar de apă.

Se prepară din piepți și pulpe de gîscă neîndopată. Carnea se curăță de grăsime, se dezosează fără să se deformeze, se freacă mai întîi cu puțină sare, iar apoi cu un amestec preparat din restul de sare și celelalte componente prevăzute și apă. După aceea, bucățile se așază foarte îndesat într-un vas, care se acoperă și se ține la un loc răcoros 5 zile, avîndu-se grijă să se întoarcă zilnic bucățile de carne, astfel ca cele de deasupra să ajungă la fundul vasului și invers.

În a șasea zi carnea se scoate din vas, se leagă cu sfoară la un capăt, care a fost găurit cu vîrful unui cuțit, și se ține atîrnată cîteva ore să se zvînte, după care se pune la fum rece pentru 2—3 zile.

Se consumă rece, tăiată în felii foarte subțiri.

1037. **Gușă de curcan umplută**

1 gușă de curcan, 300 g carne de porc sau ficat, 2-3 cepe, 50 g untură, 100 g franzelă, 100 g slănină, sare, piper.

Tocătura se prepară din ficat de porc sau de pasăre, sau numai din carne de porc. Se taie ceapa în felii și se călește împreună cu slănina (fără să se prăjească prea tare). Se lasă să se răcească, după care se adaugă ficatul sau carnea și se trec de două ori prin mașina de tocat carne, a doua oară împreună cu miez de franzelă înmuiat în lapte și bine stors. Se amestecă, se potrivește de sare, piper, se pot adăuga și 1—2 ouă, 1 lingură de pătrunjel tăiat mărunt și dacă este posibil și cîteva ciuperci tăiate fin și înăbușite cu puțin unt.

Gușa se curăță bine, se spală în mai multe ape, se umple cu compoziția preparată, după care se coase, se așază într-o tigaie cu untură și cîteva felii de legume și se introduce în cuptorul potrivit de încălzit. Între timp, gușa se întoarce, iar în tigaie se adaugă puțină apă, să nu se ardă legumele și nici grăsimea. Se servește tăiată în felii (avînd grijă să se scoată așa), cu garnitură de piure de cartofi.

1038. **Gît de gîscă umplut**

Se prepară gîtul de gîscă, procedîndu-se la fel ca în rețeta precedentă, înlocuind însă gușa curcanului cu gîtul de gîscă, propriu-zis pielea

care învelește gîtul de gîscă. Aceasta se trece mai întîi printr-o flacără și apoi se spală bine.

Pielea care învelește gîtul de gîscă este foarte grasă și ca să fie cît mai spațioasă se taie cît mai jos, sub gușă, pînă sus spre cap, apoi se desprinde de oasele gîtului.

1039. **Ficat de gîscă pane**

500 g ficat de gîscă, 2 ouă, 100 g pesmet, 50 g făină, 30 g unt, sare, ulei pentru prăjit.

Ficatul de gîscă se taie în felii, se dă prin făină, ou bătut, apoi prin pesmet și se pune la prăjit într-o tigaie cu ulei nu prea încins. Se prăjește la foc domol, pînă se rumenește pe ambele părți, după care se sărează. Se servește cu piure de cartofi și cu unt stropit pe deasupra.

1040. **Ficat cu unt și lămîie (à la meunière)**

500 g ficat, 50 g unt, 100 ml ulei, 1 lămîie, 30 g făină, 1 legătură de pătrunjel verde, sare, piper.

Ficatul de gîscă sau de porc se taie în felii subțiri, se dă prin făină și se prăjește în ulei înfierbîntat. După ce s-au prăjit pe ambele părți, feliile se scot pe platou și în acel moment se toarnă peste ele untul topit în care se pune pătrunjel verde tăiat mărunt, piper, sare și suc de lămîie. Se servește imediat, cu garnitură de orez sau cu cartofi prăjiți.

1041. **Rață pe varză**

1 rață de 1–2 kg, 150 g untură, 2 kg varză acră, 600 g roșii, piper, cimbru.

Rața se opărește, se curăță de tulei și fulgi, se freacă cu mălai și după ce i s-au scos măruntaiele se spală bine, se sărează în interior, se unge cu untură, se așază într-o tavă și se introduce în cuptor. În timpul frigerii se stropește mereu cu grăsimea din tavă. Cînd s-a rumenit se scoate din tavă, se taie bucăți și se așază pe varza pregătită astfel: se taie varza foarte subțire și se călește în untură 10—20 min. Se scoate un rînd de varză și pe stratul rămas se așază carnea prăjită, iar deasupra ei se așază restul de varză și roșiile tăiate jumătăți dacă sînt mici, iar dacă sînt mari se taie în felii. Se lasă să dea în fiert, după care se introduce vasul în cuptor să se rumenească mîncarea.

1042. **Rață cu castraveți murați**

1 rață de circa 0,600–1 kg, castraveți murați, 100 g untură, 30 g bulion, 2–3 cepe, 500 g roșii, 1 lingură cu vîrf de mărar verde tăiat mărunt, 1 lingură de făină, 1 frunză de dafin, sare.

Rața se curăță la fel cum s-a arătat în rețeta anterioară, apoi se taie în bucăți, se trece prin făină și se pune la prăjit în untură încinsă. După ce bucățile s-au prăjit se scot în alt vas, iar în untura rămasă se prăjește ceapa tăiată mărunt și, după ce aceasta s-a prăjit puțin, se adaugă restul de făină, bulionul și se stinge cu apă caldă. Se lasă să dea în două-trei clocote, se răstoarnă peste carne și se lasă să fiarbă împreună pînă ce carnea este aproape gata. Între timp, se curăță castraveții de coajă, se taie în bucăți mici, se pun într-un vas, se acoperă cu apă și se fierb 10—20

mîn, după care se scurg de apa în care au fiert. Peste castraveţii scurşi se adaugă sosul de la mîncarea respectivă şi se mai fierb împreună pînă sînt gata, după aceea se răstoarnă peste carne, se adaugă sare, deasupra se pun roşiile tăiate şi se introduce mîncarea în cuptorul încins, unde se ţine pînă ce zeama (sosul) scade potrivit, iar roşiile se rumenesc puţin. Mîncarea se serveşte fierbinte, presărată pe deasupra cu mărar proaspăt tăiat mărunt.

1043. **Raţă cu portocale**

1 raţă, 3 portocale, 100 ml vin, 50 ml coniac, 60 g zahăr, 50 g unt, 50 ml ulei, 30 g făină, cîteva felii de ceapă, morcovi şi ţelină, 30 g bulion.

Raţa, curăţată ca de obicei, se spală, se zvîntă, se taie în bucăţi care se sărează puţin şi se prăjesc în untură. După ce s-a prăjit puţin, se scoate carnea, se pune în alt vas, iar în untura rămasă se prăjesc ceapa, morcovii, ţelina, toate tăiate subţire, se rumenesc puţin, după care se presară cu făină şi se mai călesc 5—6 min. Se stinge sosul cu bulionul şi cu puţină apă caldă şi se mai lasă să fiarbă 20—30 min, după care se strecoară, pasîndu-se cu toate componentele peste carne şi se mai fierb împreună pînă ce carnea este gata. Între timp, se curăţă portocalele de coajă, iar cojile se taie foarte subţire (ca fideaua) şi se pun la fiert cu apă. După 2—3 clocote se scurg de prima apă amară, se pun din nou cu apă şi se lasă să fiarbă pînă ce devin moi. Miezul de portocale se desface în felii, se aşază într-o tavă smălţuită şi unsă cu unt şi se introduce în cuptorul bine încins, unde se ţine 10 min, după care se scoate şi se stinge cu vin. Cojile fierte şi bine scurse se răstoarnă peste carnea fiartă, se mai adaugă zahărul caramelizat stins, suc de carne sau de oase (jiu glas) şi coniacul.

Se serveşte fierbinte, fără altă garnitură, numai cu felii de portocale.

1044. **Raţă cu gutui**

1 raţă, 1 kg gutui, 100 g zahăr, 100 g unt, 50 g făină, 50 g bulion, 100 ml ulei, zeamă de lămîie, sare.

Se pregăteşte raţa pentru gătit la fel ca în reţeta precedentă. După ce carnea s-a prăjit în ulei, se scoate şi se pune într-un alt vas, iar în uleiul rămas se pune zahărul, se caramelizează puţin şi cînd este încins se presară făina, se adaugă bulionul şi se stinge (dizolvă) cu apă, amestecîndu-se pînă dă în fiert.

Se toarnă totul peste carnea de raţă prăjită şi se lasă să fiarbă împreună pînă ce carnea este gata.

Între timp, se spală gutuile şi se taie în felii sau în cuburi care se aşază sub formă de strat într-o tavă smălţuită şi unsă cu unt; cu restul de unt se stropesc gutuile pe deasupra, se introduc în cuptorul bine încins (ca să le cuprindă căldura cuptorului dintr-odată), unde se ţin 6—8 min. Se răstoarnă apoi peste carnea fiartă, se adaugă sare şi zeamă de lămîie, după gust, şi se mai dă totul într-un singur fiert.

1045. **Raţă cu struguri tămîioşi**

1 raţă, 1,200 kg struguri tămîioşi, 100 g unt, 300 g suc de carne (jiu), 100 ml lichior de vişine, 50 g coniac, 1 lingură de făină.

Se taie raţa în bucăţi şi se pune cu untul la prăjit. După ce s-a rumenit se scoate şi se pune în alt vas, iar peste untul rămas se presară făina şi

după 5—6 min de călire se stinge cu 1 l de apă caldă. Apoi se răstoarnă peste carnea rumenită și se lasă să fiarbă împreună pînă ce carnea se înmoaie bine. La urmă se adaugă jiul de carne, strugurii (numai boabele curățate și spălate), lichiorul de vișine, coniacul și se mai dă în fiert 10 min.

Se servește cu pilaf de orez.

1046. **Porumbei pane**

3-4 porumbei, 100 g unt sau ulei, 3 ouă, 1 lingură de făină, 100 g pesmet, sare, piper.

Pentru pane sînt buni numai porumbeii tineri (cu picioarele galbene; cei cu picioarele albicioase sînt bătrîni). După ce sînt sacrificați, porumbeii se curăță de pene fără a se opări, se pîrlesc la flacără, după care li se scot intestinele împreună cu măruntaiele, apoi se spală, se taie în sferturi, se bat puțin, se presară cu puțină sare și piper, se trec pe rînd prin făină, ou bătut și pesmet, după care se prăjesc în unt sau în ulei încălzit, pînă se rumenesc pe ambele părți. Se servesc cu diferite garnituri, stropiți cu unt topit și garnisiți cu foi de salată verde și cu felii de roșii.

1047. **Porumbei cu sos de ciuperci și smîntînă**

3 porumbei, 100 g unt, 50 ml ulei, 300-400 g ciuperci, 100 g smîntînă, 1 lingură de făină, sare, piper.

Porumbeii se curăță ca în rețeta precedentă, se taie în sferturi, se sărează și se prăjesc în ulei încălzit, după care se scot în alt vas. În uleiul rămas se presară făina și se stinge cu 1—2 pahare de apă caldă, se lasă să dea în fiert, apoi se răstoarnă peste carnea prăjită. Între timp, se curăță și se spală ciupercile în mai multe ape (ca să nu aibă nisip), se taie subțire și se călesc în unt, pînă scade zeama pe care acestea o lasă, după care se răstoarnă peste carne. Se adaugă smîntînă, piper pisat, se potrivește de sare, iar dacă sosul este prea scăzut se mai adaugă încă puțină apă caldă, și totul se lasă să mai fiarbă 5—6 min.

1048. **Porumbei înăbușiți**

3 porumbei, 30 ml ulei, 30 g unt, sare, 1 pungă de hîrtie, piper.

Porumbeii tăiați se jumulesc, se pîrlesc la flacăra aragazului, se șterg, li se scot intestinele, măruntaiele și plămînii care se aruncă, oprindu-se numai ficățeii care se introduc în porumbeii curățați. Se sărează și se piperează puțin, apoi se introduc într-o pungă de hîrtie unsă cu ulei și se înăbușă într-o cratiță cu capac, pe foc iute, ca să fie gata în 20 de min. În tot timpul frigerii se mișcă vasul și se întorc porumbeii, iar ca să nu se ardă grăsimea sub ei, se adaugă cîte puțină apă caldă. La urmă se scot porumbeii din pungă și se lasă să se rumenească. După aceea se scot, se pun pe un platou și se servesc cu garnitură de pilaf de orez și cu sosul din tavă turnat pe deasupra. Cine dorește poate să adauge la urmă în tavă o lingură de bulion stins cu un pahar de vin, sau cu smîntînă. Porumbeii se prepară în momentul servirii, altfel se pierde din savoarea lor deosebită.

1049. **Porumbei umpluți**

5-6 porumbei, 300 g carne de pui, 1 ceapă mare, 100 g unt, 100 g miez de franzelă, 2 ouă, verdeață, sare, piper.

Se aleg porumbei tineri. Se curăță de pene fără a se opări, se pîrlesc la o flacără, li se scot intestinele, se spală bine, se sărează foarte puțin și se umplu cu următoarea compoziție: ceapa se călește în unt, se ia de pe foc, se adaugă miezul de franzelă înmuiat în lapte, carnea de pasăre, verdeața tăiată mărunt și se trec toate prin mașina de tocat. Se adaugă ouăle, sare, piper, se amestecă și se umplu porumbeii, apoi se cos, se ung cu unt, se așază într-o tavă cu unt și se introduc în cuptorul potrivit de încălzit. În timpul frigerii se ung cu sosul din tavă. La servire se scoate ața cu care au fost cusuți, după care se taie fiecare porumbel în două sau se servesc întregi cîte unul de persoană.

1050. **Porumbei fripți**

3–4 porumbei, 3–4 tranșe de felii de slănină tăiate foarte subțire.

Se curăță porumbeii ca în rețeta 1046, se sărează și se învelesc în feliile de slănină bătute cu ciocanul ca să se întindă. Se leagă cu ață fiecare porumbel peste slănină și se pun la fript într-o tigaie acoperită. După ce carnea s-a frăgezit se lasă tigaia descoperită pe foc iute să se rumenească porumbeii. Se servesc cu sote de mazăre sau cu garnitură de orez.

1051. **Porumbei la frigare**

3–4 porumbei, 3–4 tranșe de felii de slănină sărată.

Se pregătesc ca în rețeta precedentă, adăugîndu-se în interior puțină sare. Feliile subțiri de slănină se leagă cu ață sau se prind cu țepușe de lemn. Porumbeii se înșiră pe o frigare și se frig pe cărbuni încinși. Se rotesc tot timpul; dedesubt se pune o tavă în care se scurge slănina, iar cu untura scursă se ung tot timpul pînă se rumenesc.

În același fel se prepară și prepelițele.

1052. **Ciulama de porumbei**

3 porumbei, 100 g unt, 100 g făină, 1 ceapă, 1 morcov, 1/2 țelină, sare, piper, 50 g unt pentru stropit.

Porumbeii se jumulesc ca și puii, dar fără a se opări. Li se scot intestinele, apoi se spală, se taie în sferturi și se pun la fiert împreună cu legumele, sare și cîteva boabe de piper. Se fierb lent 30—40 min; dacă sînt mai bătrîni se fierb mai mult timp. După ce porumbeii sînt fierți, se scot în alt vas cu apă și puțină sare (pentru ca să nu se usuce carnea pînă la servire), iar cu zeama de la fiertul lor se prepară ciulamaua astfel: într-o cratiță se topește untul, se adaugă făina și se călește, amestecîndu-se 5—6 min, după care se stinge cu zeama de la fiertul porumbeilor strecurată. Se adaugă sare și se mai lasă să fiarbă pînă ce sosul se va îngroșa. Se servește cu mămăliguță, cu sos turnat peste bucățile de porumbei și stropite cu unt pe deasupra.

1053. **Pilaf de porumbei**

3–4 porumbei, 300 g orez, 150 g unt, 1 ceapă, 1 morcov, 1/2 țelină, piper boabe, sare.

Se curăță porumbeii de pene fără a se opări, se pîrlesc la flacără, li se scot intestinele și măruntaiele, se spală bine și se lasă să se scurgă, apoi se taie în sferturi și se pun la fiert cu sare, legume, ceapă și cîteva

boabe de piper. Cînd sînt gata se scot în alt vas, iar cu zeama strecurată se prepară orezul astfel: se alege orezul, se spală, se scurge bine de apă şi se pune la prăjit cu jumătate din cantitatea de unt; cînd s-a încins (fără să fie prăjit) se stinge cu zeama de la fiertul porumbeilor (3 părţi zeamă la 1 parte orez). După ce orezul s-a stins şi a dat în fiert, se introduce carnea porumbeilor în orez, iar pe deasupra se pune restul de unt, se acoperă cu un capac şi se ţine pe marginea plitei sau în cuptorul cu uşa deschisă. În 15—20 min pilaful este gata.

1054. **Porumbel, reţeta lui Păstorel**

Iei un hulub decapitat
Ales din cei mai graşi, fireşte,
Scoţi penele. Cinătuieşte
Apoi sărează delicat.

Şi nu uita un amănunt:
Tăind, spre-al înveli, o fină
Felie albă de slănină
Să-i pui în coş şi-un pic de unt.

Pe urmă, c-un cuţit ce taie,
Cioplеşte cu îndemînare
Vreo opt sau nouă beţişoare
Şi le aşază în tigaie.

Hulubul cel cu unt umplut
Pe-acest grătar improvizat
Într-un cuptor va fi lăsat
La foc domol şi susţinut.

Şi, ca să-i tragi din plin folosul,
Cînd slăninuţa s-a prăjit,
Îl scoţi afară negreşit.
Fără să uiţi să-i torni şi sosul.

Cu un vin roşu în păhărel
Friptura e o delectare.
Deci, îţi urează poftă mare
Al dumitale
Păstorel

13. *PREPARATE CU CARNE DE VITĂ, PORCINE ŞI OVINE*

Carnea, pregătită cu legume, fructe sau făinoase oferă omului cea mai sățioasă hrană.

Rețetele de preparate din carne cu diferite adaosuri sînt multiple și de o mare diversitate.

Gustul și aspectul preparatelor stimulează apetitul, contribuind totodată la o digestie cît mai bună. Majoritatea mîncărurilor cu carne și legume se prepară la fel, deosebirea constînd numai în schimbarea componentelor (felul legumelor pe care le dorim sau pe care le avem la îndemînă). Din numeroasele rețete pe care le vor găsi în această carte, gospodinele au posibilitatea să aleagă pe cele dorite.

Calitatea preparatelor depinde exclusiv de calitatea materiei prime și de modul de pregătire. De multe ori, consumul irațional (abuziv) de carne poate dăuna sănătății consumatorului, la fel și prepararea greșită a acesteia sau nerespectarea condițiilor igienice în timpul depozitării, ca și decongelarea incorectă.

Decongelarea necesită un anumit timp, care depinde de bucata de carne. Carnea congelată se lasă să se decongeleze foarte lent, la o temperatură de 16—18°C și numai în cantitatea necesară preparării. De aceea, cînd avem o cantitate de carne, se recomandă să fie tranșată în funcție de folosință și pusă în ordinea în care urmează să fie folosită. În felul acesta nu este nevoie să scoatem toate bucățile de carne pentru decongelare, ci numai partea care dorim s-o preparăm.

Carnea proaspătă va fi mai fragedă și mai gustoasă dacă după sacrificarea animalului sau a păsării, aceasta a fost ținută la rece 24 de ore.

Carnea crudă sau gătită se taie transversal pe fibre, în felul acesta fiind mult mai fragedă, suculentă și mai ușor digerabilă.

Carnea se sărează numai în momentul preparării sau cînd este aproape fiartă sau friptă; altfel sărurile minerale și alte substanțe nutritive se scurg din carne (se pierd). Pentru ca ele să rămînă în carne, aceasta se pune la fiert în apă înfierbîntată și se lasă pe foc iute ca să dea într-un clocot, după care se continuă fierberea pe foc lent, cu vasul acoperit cu capac, punîndu-se la început mai puțină sare. Cînd se frige, carnea se pune în vasul cu grăsime bine încălzită, iar după ce s-a rumenit și s-a format o crustă pe deasupra, se adaugă din cînd în cînd cîte puțină apă caldă, pînă cînd carnea este gata; altfel grăsimea și sucul care s-a format de la carne se arde și se amărăște.

Pentru ca mîncarea să fie mai gustoasă și mai aromată, după ce a fiert pe plită, se introduce pentru 10—15 min în cuptor. Dacă deasupra mîncării apare grăsime, aceasta se degresează.

Mîncărurile cu legume se presară deasupra cu pătrunjel verde tăiat cît mai mărunt.

Alte amănunte pentru buna reuşită a preparatelor se vor da la reţetele respective.

13.1 RASOLURI

Cel mai fraged şi mai gustos rasol se obţine din carne de vacă: cap de piept cu os, rasol alb, ciolane cu măduvă (rasoluri din faţă şi din spate).

Rasolul fiert din aceste părţi de carne se recomandă ca hrană de bază şi pentru cei cu regim alimentar.

1055. **Rasol din piept de vacă cu legume şi hrean**

Pentru 6 porţii: *1 1/2 kg carne de vacă cu os (cap de piept), 1-2 cepe, 1 ţelină, 200-300 g morcovi, 1 pătrunjel, 1/4 căpăţînă varză dulce, 1-2 ardei graşi, 600 g cartofi, 1 lingură de pătrunjel verde tăiat mărunt, hrean, oţet, sare, după gust.*

Carnea destinată rasolului se spală şi se pune în apă înfierbîntată la opărit. După aceea se spală din nou şi se pune la fiert în vasul curat, cu apă clocotită (în cantitate potrivită) şi puţină sare. După ce a dat în fiert se spumuieşte, se şterg urmele de spumă de pe marginea oalei, se micşorează focul pentru ca fierberea să se facă lent şi fără întrerupere. Vasul se acoperă cu capacul lăsat puţin la o parte pentru evacuarea aburului. După 1 oră de fierbere se adaugă legumele curăţate, spălate şi crestate la capete. Se lasă să fiarbă în continuare pînă sînt gata legumele şi carnea, după care se scot în apă rece cu puţină sare. Apoi se taie legumele în rondele, iar carnea în felii transversal pe fibre şi se aşază într-o cratiţă împreună, iar peste ele se toarnă puţină supă fierbinte şi se ţin la cald pînă la servire.

Între timp, se fierb cartofii curăţaţi de coajă şi tăiaţi în bucăţi. Se taie pătrunjelul verde mărunt şi se prepară hreanul ras, cu oţet, sare după gust, la care se mai adaugă şi puţină supă degresată.

Se serveşte ca felul doi, cu legume şi cu cartofi presăraţi cu pătrunjel verde tăiat mărunt, iar hreanul se serveşte separat.

Supa de la fiertul rasolului se serveşte cu tăiţei de casă sau cu găluşte (v. reţetele 671, 672, sau 673).

1056. **Rasol alb**

1 kg carne (rasol alb), 1 bucată de os cu măduvă şi legumele respective, ca în reţeta 1055.

Mai întîi se pune osul la fiert în apă rece, iar cînd începe să dea în fiert se spumuieşte, se lasă să fiarbă cam 1 oră, după care se introduce carnea, în timpul fierberii. La început se sărează mai puţin, iar după ce carnea este pe jumătate fiartă se adaugă legumele, dacă sînt proaspete (cele de toamnă se pun ceva mai din timp). Prepararea în continuare se face la fel ca în reţeta anterioară. Rasolul alb poate fi servit cu diferite sosuri: sos de hrean, sos tomat, sos de mărar şi altele.

1057. **Rasol de ciolan de vacă cu măduvă**

Rasolurile de vacă din faţă şi din spate se taie cu ferăstrăul sau cu satîrul în aşa fel ca să nu se strice (disloce) măduva. Apoi se alege un

morcov mare care se taie în felii groase cu care se acoperă partea ciolanului cu măduvă și se leagă cu o ață groasă. Se așază cu măduva în sus într-un vas, se opărește, apoi se spală și se așază din nou ciolanul cu măduva în sus, în apă rece cu sare. Cînd începe să dea în fiert se spumuiește, după 1 oră de fierbere se adaugă legumele și se continuă fierberea pînă va fi carnea gata. La servit se scoate ața, ciolanul se servește foarte fierbinte (ca să nu se sleiască măduva), cu legume alături.

1058. **Rasolul de limbă de vacă**

1 limbă de vacă, 400-500 g legume de supă, 500 g cartofi, piper boabe, 1 foaie de dafin, verdeață, hrean, 1 lingură de oțet, sare și zahăr după gust.

Limba se spală bine în apă călduță, se pune la opărit, după care se spală din nou și se pune la fiert în apă cu puțină sare. După 1 oră de fierbere se adaugă legumele, boabe de piper, foaie de dafin și se continuă fierberea pînă se constată că limba este bine fiartă. Se scoate într-un vas cu apă rece și cît este încă caldă se curăță de pieliță. Se taie apoi în felii și se servește împreună cu legumele cu care a fiert și cu cartofi fierbinți (fierți natur), toate presărate cu verdeață tăiată mărunt.

Limba se poate servi cu orice fel de sos, sau cu hrean ras, potrivit după gust de oțet sau zeamă de lămîie, zahăr, sare, adăugîndu-se și o lingură sau două de zeamă de la fiertul limbii.

Se mai poate servi hreanul ras amestecat cu smîntînă.

1059. **Rasol de creier de vacă cu maioneză**

1-2 creieri de vacă, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1/2 țelină, 1 foaie de dafin, cîteva boabe de piper, 1 lingură de oțet, 50-100 g smîntînă, 100-150 g maioneză, 1 vîrf de cuțit piper pisat, sare.

Se pune creierul în apă rece și se ține pînă ce iese tot sîngele, după care se curăță de pieliță și se pune la fiert în cratița în care s-au pus la fiert legumele, foaia de dafin, piperul și puțină sare. Cînd a dat în fiert se adaugă o lingură de oțet și se continuă fierberea cam 10—15 min, după care creierul se lasă în aceeași zeamă pînă la răcire. La servire se taie în felii, se aranjează pe platou, deasupra se toarnă maioneză amestecată cu smîntînă și potrivită la gust cu sare și piper pisat.

1060. **Rasol din cap de vițel**

Capul de vițel se curăță, i se scot și ochii, apoi se lasă să stea cîteva ore în apă rece, ca să iasă tot sîngele. După aceea, capul de vițel se așază într-un vas încăpător ca să intre întreg și să fie bine acoperit cu apă, altfel, părțile ce rămîn afară din apă se înnegresc. Se adaugă sare și la primul clocot se spumuiește, apoi se adaugă legumele, pentru gust și aromă, și se lasă să fiarbă la foc domol pînă carnea este bine fiartă și se desprinde ușor de pe oase.

Se ia vasul de pe foc și se lasă cu totul pînă se răcește puțin, apoi se desprinde carnea de pe oase, se taie în bucățele potrivite și se servește caldă în puțină zeamă în care a fiert, cu mujdei de usturoi sau cu hrean ras.

Carnea se mai poate servi și cu sos de muștar dizolvat cu ulei, oțet sau zeamă de lămîie, sare și piper, după gust, sau cu sos remulad (v. rețeta Sos remulad).

13.2. PREPARATE DIN CARNE CU LEGUME, FRUCTE ŞI FĂINOASE

1061. **Carne cu legume**

600 g carne macră sau 1 kg carne cu os, 100 g untură sau 100 ml ulei, 150 g ceapă, 300 g morcovi, 1 dovlecel, 300-400 g cartofi, 1 ţelină, 2-3 ardei graşi, 30 g bulion, cîteva roşii, 100 ml vin, verdeaţă, sare, piper. După gust, se mai pot pune şi alte legume: *conopidă, fasole păstăi, vinete, varză etc.*

Carnea tăiată în bucăţi se sărează, se pune într-un vas cu puţin ulei înfierbîntat şi după ce s-a prăjit puţin se adaugă puţină apă şi se înăbuşă în vasul acoperit. Separat în alt vas, în restul de ulei, se călesc legumele tăiate în bucăţi, după care se scot, iar în uleiul rămas se pune ceapa tăiată mărunt şi se ţine pe foc, amestecînd pînă devine uşor gălbui-sidefie. Se adaugă bulion, se stinge cu apă caldă, se răstoarnă peste carne şi se lasă să fiarbă pînă ce carnea este moale. Apoi, cînd carnea este aproape gata, se adaugă legumele şi se fierb împreună 20—30 min, după care se mai adaugă roşiile tăiate mărunt, vinul, sare, piper şi se mai lasă să fiarbă cîteva minute.

Se serveşte presărată deasupra cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1062. **Ghiveci cu carne**

600 g carne macră sau 1 kg carne cu os, 2-3 cepe, 300-400 g cartofi şi legume cît mai asortate sau pe care le avem la îndemînă.

Unele legume pot fi folosite din conserve; acestea se adaugă la urmă, cînd celelalte sînt aproape gata, după care se mai dau împreună în cîteva clocote. Prepararea ghiveciului se face la fel ca în reţeta anterioară. Proporţia de legume (în cantităţi) depinde de felurile de legume ce se folosesc. Dacă ghiveciul se prepară din mai multe feluri de legume, atunci trebuie luat din fiecare cîte puţin, astfel ca în total pentru o porţie să revină 300—400 g de legume crude.

1063. **Ghiveci măcelăresc**

Tradiţionalul ghiveci măcelăresc se compune din cîteva feluri de carne, numite de măcelari *căzături,* la care se mai adaugă momiţe de viţel şi măduvă. Totuşi, se poate prepara ghiveci măcelăresc şi dintr-un singur fel de carne, piept de vacă, dar să nu lipsească măduva şi vasul de ceramică în care se va pregăti această faimoasă mîncare.

Pentru 6 porţii: *1 kg piept gras de vacă, 200-300 g măduvă, 200 ml ulei, 200 g ceapă, 300 g cartofi, 200 g morcovi, 200 g mazăre fiartă sau din conserve, 200 g fasole păstăi fiartă sau din conserve, 200 g conopidă, 1-2 dovlecei, 1 vînătă, 1/4 varză mică, 200 g bame, 1 ţelină, 2-3 ardei graşi, 1 ardei iute, cîteva roşii, 50 g bulion, 100 ml vin, 1-2 legături de verdeaţă, 1 fir de cimbru, 1/2 căpăţînă de usturoi, piper, sare.*

Carnea se taie în bucăţi potrivite, se sărează puţin, se prăjeşte cu o parte din ulei înfierbîntat şi după ce s-a rumenit puţin se scoate în alt vas, iar în uleiul rămas se căleşte ceapa (curăţată şi tăiată mărunt), după care se adaugă usturoiul tocat mărunt, bulionul şi se stinge cu apă caldă. Se lasă să dea în cîteva clocote, apoi se răstoarnă peste carne şi se lasă să

fiarbă împreună acoperit pînă ce carnea este gata. Intre timp se amestecă, se adaugă cimbru, piper şi dacă este nevoie şi apă.

Legumele se curăţă, se spală şi se taie în bucăţi, apoi se pun într-un vas (de preferinţă de ceramică) şi deasupra se toarnă restul de ulei şi puţină apă caldă; se acoperă, se introduce vasul în cuptor şi se amestecă cu grijă ca să se înăbuşe uniform. Cînd legumele sînt aproape fierte se scot din cuptor, se adaugă carnea, măduva tăiată felii, vinul, sare şi piper, se presară cu pătrunjel verde tăiat mărunt, se pun deasupra roşiile tăiate în bucăţi şi se lasă pe foc pînă dă în fiert, după care se introduce din nou în cuptor, la foc potrivit. Se ţine la cuptor pînă ce ghiveciul se va rumeni puţin deasupra, fără să se pîrlească roşiile. Dacă cuptorul este prea încins, se lasă deschis. Mîncarea trebuie să fie bine scăzută. După reţeta originală, la ghiveciul măcelăresc se mai adaugă şi aguridă, pentru a da un gust plăcut acrişor.

De reţinut că fasolea verde sau mazărea trebuie fierte separat şi numai după ce legumele au fost înăbuşite se adaugă şi fasolea sau mazărea şi la fel şi legumele din conserve.

1064. **Papricaş de carne cu găluşte**

1 kg carne cu oase mici sau 600 g carne macră, 100 g untură, 300 g ceapă, 50 g bulion, piper, boia de ardei, sare.

Pentru găluşte: *50 g untură, 2 ouă, 80-100 g făină, sare.*

Carnea se taie în bucăţi, se sărează şi se prăjeşte într-o cratiţă cu untură. Se scoate apoi într-un alt vas, iar în untura rămasă se pune la călit ceapa tăiată mărunt. După ce ceapa s-a rumenit, se adaugă bulionul, 1/2 linguriţă boia de ardei, se stinge cu apă caldă şi se lasă să mai fiarbă 5—6 min, după care conţinutul se răstoarnă peste carne. Se potriveşte de sare şi de piper şi se lasă să fiarbă pînă ce carnea este moale, apoi se introduc în papricaş găluşte preparate în felul următor: se freacă untura spumă, se adaugă gălbenuşurile unul cîte unul, apoi albuşurile bătute spumă şi făină cît cuprinde, fără ca compoziţia să fie prea compactă. Găluştele astfel pregătite se fierb în apă clocotită cu sare, timp de 5—6 min, acoperite (punîndu-se găluştele în apa clocotită, una cîte una, cu linguriţa udă).

1065. **Papricaş de carne cu cartofi**

1 kg carne cu os sau 600 g carne macră, 10 g usturoi, 1 lingură de bulion, 1 kg de cartofi, 150 g untură, 300 g ceapă, 1 legătură de verdeaţă, boia, sare, piper, după gust.

Se pregăteşte la fel ca în reţeta precedentă, cu deosebirea că în loc de găluşte se introduc cartofi tăiaţi în cubuleţe şi căliţi puţin în untură încinsă. Cartofii se introduc în papricaş în momentul cînd carnea este aproape gata. Se mai adaugă şi cîţiva căţei de usturoi tăiaţi mărunt şi se lasă să mai fiarbă împreună. Cînd cartofii au fiert, se introduce cratiţa în cuptor să se rumenească mîncarea şi se serveşte presărată cu verdeaţă.

1066. **Gulaş de carne cu cartofi şi chimen**

Gulaşul se prepară folosind aceleaşi componente şi cantităţi ca în reţeta anterioară, numai că în loc de usturoi se pun 10 g de chimen (bine spălat în prealabil).

1067. **Ostropel din carne de pasăre, vită sau porc**

1 kg carne, 100 g untură sau ulei, 200 g ceapă, 1/2 ţelină, 1 morcov, 1 căpăţînă de usturoi, 50 g bulion, 50 g făină, cîteva boabe de piper, oţet, sare.

Carnea curăţată de pieliţă se taie în bucăţi care se prăjesc în untură pînă se rumenesc, după care se scot într-un alt vas. În untura rămasă se călesc făina, ceapa, morcovii şi ţelina, toate tăiate în felii subţiri. După ce s-au rumenit puţin, se adaugă bulionul, se stinge cu apă caldă şi se lasă să fiarbă 15—20 min, apoi se strecoară sosul peste carnea prăjită şi se pune din nou la fiert. Cînd carnea este gata se adaugă usturoi pisat, oţet, sare şi piper după gust şi se mai dau într-un singur clocot.

Ostropelul se serveşte cu garnitură de cartofi fierţi natur şi presăraţi pe deasupra cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1068. **Tocană din carne de pasăre, vită, porc sau ovine**

500-600 g carne, 100 g untură sau ulei, 600 g ceapă, 30 g usturoi, 1 lingură de bulion, 1/2 linguriţă boia de ardei, piper, 1 foaie de dafin cimbru, vin, sare.

Carnea se taie în bucăţi şi se căleşte în grăsimea încinsă, pînă se rumeneşte puţin, după care se scoate într-un alt vas. În untura rămasă se pune la prăjit ceapa tăiată felii cît mai subţiri şi se lasă pînă se înmoaie. Se adaugă boia de ardei, usturoi tăiat mărunt, boabe de piper, foaie de dafin, cimbru, bulion şi se stinge cu vin şi cu apă caldă. După ce a dat în fiert, se răstoarnă peste carne. Se potriveşte de sare şi se mai fierb împreună pînă ce carnea este moale. Se serveşte cu cartofi fierţi natur sau cu mămăliguţă caldă.

1069. **Sote de carne**

Se folosesc aceleaşi componente şi cantităţi ca la reţeta precedentă. Carnea macră, tăiată în bucăţi mai mici, se sărează foarte puţin în momentul în care se pune la prăjit în untură încinsă, acoperindu-se fundul tigăii, care trebuie să fie cît mai lată şi groasă la fund. Cînd carnea începe să se coloreze, se adaugă ceapa tăiată cît mai subţire şi se înăbuşă împreună în tigaia acoperită cu un capac. Între timp, se adaugă din cînd în cînd cîte puţină supă de oase sau apă caldă şi se amestecă. Cînd s-a călit şi ceapa, se adaugă usturoiul tăiat mărunt, boia de ardei, bulion (sau nu) şi se stinge cu vin şi puţină apă. Se potriveşte de sare şi se fierbe pînă carnea este gata.

Se serveşte cu mămăliguţă fierbinte.

1070. **Carne cu conopidă**

Pentru 6 porţii: *600 g carne macră sau 1 kg carne cu os, 100 g untură, 100-200g ceapă, 1 conopidă (1 kg), cîteva roşii, 30 g făină, 50 g bulion.*

Se taie carnea în bucăţi (una sau două la porţie), se sărează puţin şi se prăjeşte în untură încinsă pînă se rumeneşte pe deasupra. Se scoate, se pune în alt vas, iar în untura rămasă se căleşte ceapa tăiată felii, după care se adaugă făina, bulionul şi se stinge cu apa caldă sau cu zeama în care a fiert conopida şi se lasă să fiarbă circa 10—20 min. Sosul se stre-

coară peste carne, se adaugă sare și se lasă să mai fiarbă împreună pînă cînd carnea este gata. Se adaugă bucheţele de conopidă care s-au fiert separat din timp, roșii tăiate în bucăţi și se mai fierb împreună 10—15 min. Se servește cu pătrunjel verde tăiat mărunt, presărat pe deasupra.

1071. **Carne cu mazăre**

600 g carne, 100 ml ulei sau untură, 150 g ceapă, 1 lingură de bulion, 1 kg mazăre boabe, 2-3 roșii, 1 legătură de mărar, 1 lingură de zahăr, sare, 1 lingură de făină.

Se taie carnea în bucăţi (una sau două la porţie), se sărează puţin și se prăjește în ulei înfierbîntat pînă începe să se rumenească. Se scoate apoi în alt vas, iar în uleiul rămas se călește ceapa tăiată foarte mărunt, se adaugă făina și împreună se mai călesc puţin, apoi se adaugă bulionul și se stinge cu apa caldă sau cu supă de oase, lăsîndu-se să fiarbă 5—6 min, după care se strecoară peste carne. (Dacă ceapa a fost tăiată foarte mărunt și s-a topit, nu mai este nevoie să se strecoare sosul). Cînd carnea este gata, se adaugă mazăre fiartă sau din conserve, roșiile și mărarul tăiate mărunt și se potrivește de sare la gust. Cui îi place poate adăuga și puţin zahăr. La urmă se fierb împreună 5—6 min.

1072. **Carne cu bame**

Carne macră 600 g sau cu os 1 kg, 1 kg bame, 1 lămîie, 100 g ceapă, 100 ml ulei, 50 g bulion, 1 legătură de mărar, piper, sare, oţet.

Prepararea cărnii se face ca în reţeta anterioară. Bamele se curăţă, se freacă cu puţin oţet și mălai ca să dispară puful de pe ele, după care se spală bine, se scurg, se zvîntă, se călesc în ulei bine înfierbîntat, se adaugă zeama de la o lămîie, se răstoarnă totul în cratiţa cu carne și se mai fierb împreună 10—15 min. Se adaugă în timpul fiertului roșiile tăiate felii, sare și piper, după gust. Înainte de a fi servită, mîncarea se presară pe deasupra cu mărar verde tăiat mărunt.

1073. **Carne cu vinete**

Carnea cu vinete se prepară din aceleași componente și cantităţi ca și în reţeta anterioară, cu deosebirea că în loc de bame se folosesc vinete. Acestea se taie în bucăţi mari, se dau prin făină și se prăjesc în ulei sau în untură înfierbîntată. Cînd carnea este aproape fiartă, se adaugă vinetele prăjite (nu complet), roșiile tăiate, usturoiul tocat și mărarul tăiat mărunt. Se potrivește de sare și piper și se lasă să mai fiarbă împreună 10 min, după care mîncarea se introduce în cuptor pentru 10—15 min.

1074. **Carne cu fasole verde**

1 kg carne, 1 kg fasole verde sau conservată, 1 lingură de bulion, 200 g ceapă, 1 lingură de făină, 100 ml ulei, 10 g usturoi, 1-2 legături de mărar.

Se pregătește la fel ca mîncarea de carne cu mazăre, înlocuindu-se zahărul cu puţin usturoi. Se poate pregăti atît cu fasole verde sau grasă proaspătă cît și din conserve.

1075. **Carne cu fasole albă uscată**

Se folosesc aceleași componente și cantități ca la rețeta 1071 (carne cu mazăre), în locul mazării folosindu-se 400 g fasole albă, care se alege și se fierbe separat, după care se adaugă la carnea fiartă și se mai fierb împreună 10 min. În loc de zahăr, la carnea cu fasole se adaugă puțin usturoi pisat.

Pentru acest fel de mîncare cea mai indicată carne este pieptul de vacă, sau de porc proaspăt sau afumat. Fasolea trebuie să fie pusă la înmuiat de seara și cînd se pune la fiert se schimbă apa după primul clocot, apoi se pune din nou la fiert cu apă caldă, fierbîndu-se lent și fără să fie acoperită complet cu capacul. La urmă se potrivește de sare.

1076. **Carne cu castraveți murați**

900 g carne (de preferință grasă), 200 g ceapă, 1 lingură de făină, 100 g untură, 1 lingură de bulion, 600 g castraveți murați, cîteva roșii, 1 legătură de mărar.

Carnea, tăiată în porții, se prăjește în untură înfierbîntată cît să se rumenească puțin, apoi se scoate în alt vas. În untura rămasă se călește ceapa tăiată foarte mărunt, se adaugă făina și se mai călesc împreună 5—6 min, după care se adaugă bulionul și se stinge cu apă caldă, iar după ce a dat în 2—3 clocote se răstoarnă peste carne și se fierb împreună pînă cînd carnea este gata. În acest interval se curăță castraveții de coajă și de semințe (dacă semințele sînt mari), se taie în bucăți și se fierb separat; cînd castraveții sînt prea acri sau sărați se schimbă apa de la primul clocot. Cînd castraveții sînt bine fierți se introduc în cratița cu carne, se adaugă roșiile tăiate mărunt, mărar tocat și se mai lasă să fiarbă împreună 10 min. Mîncarea de castraveți se potrivește de sare la urmă.

1077. **Carne cu ciuperci proaspete**

900 g carne, 500-600 g ciuperci proaspete, 300 g ceapă, 100 ml ulei, 100 ml vin, 1 g piper, 1 lingură de făină, 1 lingură de bulion, eventual 100 g smîntînă, 1 legătură de pătrunjel verde, sare.

Carnea se taie în bucăți, se sărează și se prăjește în ulei, după care se scoate, iar în uleiul rămas se călește ceapa tăiată mărunt. După ce ceapa s-a călit, se adaugă ciupercile spălate și tăiate în felii, se acoperă și se înăbușă sub capac 10—20 min. Se amestecă din cînd în cînd, apoi se stinge cu vin și bulion și se pune peste carne. Se mai adaugă apă caldă, se potrivește de sare și de piper și se lasă să fiarbă pînă ce carnea este gata.

La urmă se adaugă smîntîna amestecată cu făină și se mai dă într-un clocot.

La servire se presară deasupra cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1078. **Carne cu ciuperci uscate**

600-900 g carne, 100 g ciuperci uscate, 100 ml ulei sau untură, 1 lingură de făină, 10 g usturoi, 200 g ceapă, 1 g piper pisat, 1 foaie de dafin, verdeață, 1 lingură de bulion, sare.

Carnea și sosul se prepară ca în rețeta anterioară.

Ciupercile uscate se spală și se pun la înmuiat cu apă călduță, care după înmuierea ciupercilor nu se aruncă, ci în aceeași apă se fierb ciuper-

cile pînă sînt gata. Ciupercile se răstoarnă cu zeama în care au fiert peste carnea fiartă şi împreună se dau în fiert 5—6 min. După gust, se adaugă în mîncare usturoi pisat.

1079. **Carne cu dovlecei**

1—1,5 kg dovlecei tineri se rad de coajă, se taie în bucăţi şi se prăjesc în ulei sau în grăsime, după care se adaugă la carnea pregătită din timp conform reţetei 1076. Se serveşte presărată cu mărar verde tăiat mărunt.

1080. **Carne cu tarhon sau cu mărar**

900 g carne, 2-3 legături de tarhon sau de mărar.

Carnea se prepară cu toate ingredientele şi la fel ca în reţeta 1076, înlocuindu-se castraveţii cu tarhon sau cu mărar.

Mărarul sau tarhonul se curăţă de cotoare, se opăreşte, apoi se răceşte cu apă rece, se taie sau se lasă crenguţe întregi şi se adaugă la carnea cu sos gata fierte. Se adaugă sare, suc de lămîie şi se dă într-un clocot.

Se serveşte cu cartofi natur sau cu orez fiert.

1081. **Carne cu morcovi**

900 g carne, 100 g untură sau ulei, 800 g morcov, 1 lingură de bulion, 1 lingură de făină, 20-30 g zahăr.

Carnea se pregăteşte la fel ca la celelalte mîncăruri, fără a se pune însă ceapă sau roşii. Morcovii se curăţă, se spală, se taie în bucăţi şi se călesc în puţin ulei sau untură. În principiu, ei se înăbuşă sub capac, adăugînd din cînd în cînd cîte puţină apă caldă pînă devin moi. Apoi se adaugă la carnea bine fiartă, potrivindu-se de sare. După dorinţă, se poate adăuga puţin zahăr ars.

1082. **Carne cu roşii**

900 g carne, 1,500 kg roşii, 100 g untură sau ulei, 200 g ceapă, 50 g făină, 1 legătură de mărar, sare, piper, eventual usturoi sau zahăr.

Carnea, tăiată în bucăţi, se prăjeşte în grăsime pînă se rumeneşte puţin. Se scoate apoi în alt vas, iar în grăsimea rămasă se căleşte ceapa tăiată cît mai mărunt, se adaugă făina, se stinge cu apă caldă şi se lasă la fiert pînă carnea va fi gata. Între timp, se opăresc roşiile pentru a putea fi curăţate de pieliţă şi de seminţe, apoi se taie în bucăţi şi se pun peste carne. Se adaugă sare şi se mai lasă pe foc ca să dea în cîteva clocote, sau se introduce în cuptor ca să mai scadă.

La această mîncare se pot adăuga pentru gust atît usturoi cît şi zahăr.

Se serveşte cu cartofi piure sau cu orez fiert şi se presară cu mărar verde tăiat mărunt.

1083. **Carne cu ţelină**

600 g carne, 100 g untură sau ulei, 300 g ceapă, 1 lingură de bulion, 1 lingură de făină, 600 g ţelină curăţată, 1 legătură de pătrunjel verde, 1/2 lămîie, piper, sare. 100 ml vin.

Carnea se taie în bucăți, se sărează puțin și se prăjește în puțină untură, pînă capătă o pojghiță puțin rumenă, după care se scoate în alt vas. În untura rămasă se călește ceapa tăiată foarte mărunt, se adaugă făina și se mai călesc 5—6 min, amestecîndu-se, după care se adaugă bulionul, se stinge cu 1/2 l de apă caldă și se lasă să dea în fiert. Se răstoarnă apoi peste carne, sau invers și se fierb împreună pînă carnea este gata.

Între timp, se curăță țelina, se spală și se taie în rondele groase de 1 cm apoi acestea se taie în sferturi și se prăjesc în restul de untură. Țelina prăjită se adaugă la carnea cu sos, apoi se adaugă vin, zeamă de lămîie, piper, sare, după gust, și se lasă să mai fiarbă 10 min. La servit se prepară cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1084. **Carne cu spanac**

600 g carne, 1 kg spanac, 1 lingură de zeamă de lămîie sau puțină sare de lămîie, 10 g usturoi, 200 g ceapă, 50 g bulion, 1 lingură de făină, piper, sare.

Carnea se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că în loc de țelină se adaugă spanac care mai întîi este ales, spălat în mai multe ape și fiert în apă clocotită cu sare. După 10 min de fierbere se scurge, se răcește cu apă rece, se taie în bucăți și se adaugă la carnea cu sos gata fiartă. Se adaugă sare, piper, zeamă de lămîie sau sare de lămîie, după gust, și se mai fierb împreună 5—6 min.

1085. **Carne cu stufat (ceapă și usturoi verde)**

600 g carne, 150 ml ulei, 100 g ceapă, 1 kg ceapă verde, 200 g usturoi verde, 50 g bulion, 50 g făină, 1 linguriță de oțet, piper, boia de ardei, sare.

În o parte din ulei sau untură se prăjește carnea, după care se scoate în alt vas, iar în untura rămasă se călește ceapa tăiată mărunt, se adaugă făină și se mai călesc împreună 5—10 min pe foc bun (amestecîndu-se tot timpul); se adaugă bulion, boia și se stinge cu apă caldă, lăsîndu-se să fiarbă cîteva minute, după care se toarnă peste carnea prăjită și se fierb în continuare împreună pînă carnea va fi gata.

Între timp, se curăță ceapa verde și usturoiul verde, apoi se spală clătindu-se în mai multe ape. După ce s-au zvîntat bine, se taie în bucăți de 5—6 cm și se călesc în restul de ulei sau untură, apoi se stropesc cu oțet și peste ele se toarnă tot sosul de la carne (carnea rămîne separat) și se lasă să fiarbă 20—30 min. Spre sfîrșitul fierberii se adaugă sare și piper.

La servire se aranjează carnea pe platou, iar stufatul cu sos se pune pe deasupra. Pentru aspect mai plăcut stufatul se poate garnisi pe deasupra cu roșii mici sau mari (tăiate în sferturi) și prăjite în cuptor sau călite într-o tigaie cu puțin unt sau ulei.

1086. **Carne cu varză murată**

1 kg piept de vacă sau de porc, 1 căpățînă de varză murată, 100 g untură, 1 ceapă, 1 lingură de bulion, 1 foaie de dafin, 1 fir de cimbru, cîteva boabe de piper, 3-4 roșii.

Se taie carnea în bucăți potrivite, se prăjește puțin în untură, se adaugă ceapa tăiată mărunt și după ce s-a călit puțin, se pun bulionul,

foaia de dafin, cimbrul, piperul și se stinge cu apă. Se adaugă varza tăiată foarte subțire și se lasă să fiarbă totul la foc domol pînă se pătrunde bine carnea. Se așază pe deasupra felii de roșii și se introduce pentru 20—30 min în cuptorul bine încălzit, să se rumenească pe deasupra, să scadă și să capete un gust aromat.

Se servește cu ardei iuți și mămăliguță caldă.

1087. **Carne cu varză dulce (proaspătă)**

Se pregătește la fel ca în rețeta anterioară, cu deosebirea că, după ce varza dulce se taie subțire, se sărează, se lasă 20—30 min, după care se stoarce bine ca să iasă amăreala din ea și apoi se adaugă la carnea care trebuie să fie pe jumătate fiartă. Se adaugă apoi cîteva boabe de piper, 2—3 ardei grași tăiați subțire, felii de roșii și se mai fierb împreună pînă carnea și varza sînt gata. La urmă se introduce pentru 20—30 min în cuptor.

Se servește cu ardei iuți și mămăliguță caldă.

1088. **Carne cu prune uscate**

900 g carne, 60 g untură, 50 g făină, 50 g bulion, 600 g prune uscate, 100 g zahăr, sare.

Carnea se taie în bucăți, se sărează puțin și se înăbușă într-o cratiță cu capac, cu 50 g untură și puțină apă. Între timp, se pun prunele la înmuiat în apă călduță, în care se lasă 20—30 min, apoi se spală și se adaugă la carne care trebuie să fie pe jumătate fiartă. Se adaugă, de asemenea, un sos preparat din făină rumenită în restul de untură, bulion și apă. Se mai fierbe totul pînă este gata. Cu 10 min înainte de a se lua de pe foc, se adaugă zahărul ars și stins cu puțină apă. Dacă mîncarea este preparată cu carne slabă sau de vițel și s-a gătit cu ulei, se poate servi și rece.

1089. **Carne cu gutui**

900 g carne, 150 ml ulei, 50 g bulion, 60 g făină, 100 g zahăr, 1 kg gutui, sare.

Carnea se taie în bucăți și se prepară la fel ca în rețeta anterioară.

Gutuile se spală bine, se taie în bucăți, se curăță de sîmburi, se trec prin făină și se prăjesc pe rînd în uleiul înfierbîntat, după care se adaugă la carne cînd aceasta este aproape gata

Cu cîteva minute înainte de a lua mîncarea de pe foc, se adaugă zahăr ars și stins cu puțină apă.

1090. **Pilaf cu carne**

600 g carne macră, 300 g orez, 100 g untură, 2 cepe, 1 țelină, piper, sare.

Carnea se taie în bucăți și se pune la fiert în apă cu puțină sare. După ce a dat în fiert se spumuiește, se adaugă 1 ceapă și țelină tăiată în patru și se lasă să fiarbă la foc domol pînă ce carnea este gata. În untura înfierbîntată se pune la prăjit ceapa tăiată mărunt, se adaugă orezul spălat și bine scurs, boabe de piper și se stinge cu zeama fierbinte în care a fiert carnea (zeama pentru stins orezul nu trebuie să depășească mai mult de 3

ori cantitatea orezului). După ce orezul stins a dat în fiert, se adaugă carnea fiartă tăiată bucăți, se amestecă și apoi pe deasupra se pun roșiile curățate de pieliță și tăiate în felii.

Se lasă să dea în fiert, se introduce în cuptorul încălzit și se ține timp de 20—30 min cu capacul acoperit. Dacă cuptorul este prea încins, se lasă ușa acestuia deschisă.

1091. **Tocană țărănească**

600 g carne, 120 g untură, 300 g ceapă, 100 g fasole, 1 căpățînă de usturoi, cîțiva ardei grași, 3-4 roșii, 1 lingură de bulion, cîte 1 legătură de mărar, pătrunjel, cimbru și cîteva boabe de piper.

Fasolea se fierbe separat, iar carnea se taie în bucăți și se prăjește în untură înfierbîntată. După ce carnea s-a prăjit puțin, se adaugă ceapa tăiată mărunt și se înăbușă împreună într-o cratiță acoperită. Între timp se adaugă cîte puțină apă caldă și se amestecă pînă ce carnea va fi aproape gata, apoi se mai adaugă ardei grași tăiați subțire, roșiile curățate de pieliță și tăiate în bucăți mici, boabe de piper, cimbru, bulion, usturoi mărunt și se stinge cu 1/2 l de apă caldă. Se lasă să mai fiarbă pînă va fi carnea gata, după care se adaugă fasolea fiartă, pătrunjelul și mărarul tăiate mărunt, sare și se mai fierb lent împreună 10—15 min.

1092. **Sote de cap de mușchi sau capac (à la Stroganoff)**

600 g cap de mușchi sau capac, 100 g untură, 100 g ceapă, 300 g ciuperci proaspete, 1 lingură de bulion, 1 lingură de făină, piper, muștar, sare, 100 g unt, verdeață.

Carnea se taie în fîșii subțiri (ca fasolea fideluță), se sărează, se piperează și se pune la prăjit în untură încinsă. Cînd carnea s-a prăjit puțin, se adaugă ceapa tăiată foarte mărunt și după ce s-a călit se adaugă făina și se continuă prăjitul amestecînd; se mai adaugă boia, bulion, se stinge cu supă de oase sau apă caldă și se lasă să fiarbă 1 oră. Între timp se curăță ciupercile, se taie subțire și se pun la călit într-o cratiță cu unt, după care se răstoarnă peste carne. Se mai adaugă muștarul, smîntîna, se potrivește de sare și se mai fierb împreună 10—15 min. Se servește cu garnitură de cartofi fierți natur, presărați cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1093. **Șnițel de vacă pane**

600 g carne (pulpă de vacă), 2 ouă, 150 g pesmet, 50 g făină, piper pisat, sare, ulei sau untură pentru prăjit.

Pulpa de vacă se taie transversal pe fibre în felii, care se bat cu ciocanul de șnițele, se sărează, se piperează, se dau prin făină, apoi prin ouă bătute și la urmă prin pesmet, după care se prăjesc în ulei sau untură bine înfierbîntate, rumenindu-se pe ambele părți. Se servește fierbinte, cu garnitură din diferite legume, sau numai cu cartofi piure sau prăjiți și cu salată de sezon sau murături.

1094. **Șnițel de vacă natur, cu sos picant și smîntînă**

600 g carne de vacă macră (pulpă), 100 g făină, 100 g untură, 100 g smîntînă, 1 lingură de muștar, piper pisat, sare, 1/2 lămîie.

Carnea se taie în felii care se bat potrivit cu ciocanul de șnițele, se sărează, se piperează, se dau prin făină și se prăjesc în untură înfierbîntată, rumenindu-se puțin pe ambele părți. După prăjirea șnițelelor, untura rămasă se strecoară, în ea se adaugă făina și se amestecă pe foc pînă se rumenește puțin, după care se stinge cu puțină supă de oase sau apă. Se adaugă mușțarul, smîntîna, zeama de lămîie și sare după gust și se fierbe totul 5—6 min pe foc lent, după care se toarnă sosul peste șnițele și se mai lasă să fiarbă încă 10—15 min.

Se servește cu cartofi fierți natur, cu cartofi piure sau cu pilaf de orez.

1095. **Șnițel de vacă cu sos tomat**

600 g carne de vacă (pulpă), 100 g untură, 100 g ceapă, 50 g bulion sau 1/2 l suc de roșii, 50 g făină, 100 ml vin, sare, piper.

Șnițelele se prepară la fel ca în rețeta precedentă. Untura de la prăjirea șnițelelor se strecoară și în ea se pune la prăjit ceapa tăiată foarte mărunt, se adaugă făina și împreună cu ceapa se călesc 6—10 min, după care se adaugă bulionul, vinul și 1/4 l de apă caldă. După ce a dat într-un clocot se răstoarnă peste șnițele și se mai lasă să fiarbă acoperit 20—30 min. Se servește la fel ca în rețeta precedentă.

13.3 PREPARATE CU TOCĂTURĂ DIN CARNE DE VITĂ, PORC SAU OAIE

1096. **Tocătură din carne (vacă, porc, oaie) cu adaos de orez**

Carnea tocată pentru umpluturi (ardei grași, gulii, cartofi, roșii, castraveți, varză sarmale etc.) se prepară după următoarea regulă: *la 500 g carne tocată, se adaugă circa 60-100 g orez, 60-100 g ceapă, 1-2 linguri cu vîrf de pătrunjel sau de mărar tăiat mărunt, sare și piper pisat după gust.*

Calitatea tocăturii depinde de felul cărnii. Aceasta nu trebuie să fie numai slabă, sau prea grasă; este bine să se amestece partea slabă cu restul de carne grasă. Carnea macră se curăță de pieliță, tendoane și vine și se trece de două ori prin mașina de tocat. Orezul se adaugă opărit și cu bobul întreg (fără să fie terciuit), iar ceapă tăiată mărunt și puțin călită în ulei sau în untură. În timp ce se amestecă, se adaugă cîte puțină apă călduță, pînă se obține o compoziție pufoasă. Dacă se introduce orezul crud în tocătură, atunci neapărat se adaugă de două ori mai multă apă decît cantitatea orezului, altfel bobul de orez rămîne tare și la fiert nu crește.

La tocătura pentru chiftele, perișoare, musacale, pîrjoale, mușchi tocat etc. se combină carnea nu cu orez, ci cu miez de pîine, socotind la *500 g carne 100-150 g miez de pîine,* care se pune la înmuiat în *apă sau lapte rece,* după care se stoarce bine, se mai adaugă *1-2 ouă* și restul componentelor: *60-100 g ceapă, 1-2 linguri cu vîrf de pătrunjel sau de mărar tăiat mărunt, sare, piper pisat, după gust.*

Celelalte tocături specifice (de mici sau de cîrnați) vor fi prezentate la rețetele respective.

1097. **Ardei umpluţi cu tocătură de carne**

Pentru 6 porţii: *12 ardei graşi de mărime potrivită, 500 g carne, 60–80 g orez, 150 g untură, 50 g făină, 50 g bulion, 1 legătură de mărar, 1 legătură de pătrunjel, 10 g zahăr, cîteva roşii, 150 g smîntînă sau 200 g iaurt, sare.*

Se aleg ardei graşi sănătoşi, li se scoate cotorul, se scutură de seminţe, se crestează la vîrf, se spală şi se lasă cu gura în jos să se scurgă. Carnea (este de preferat să fie o parte de vacă şi o parte de porc) se trece prin maşina de tocat; întîi cea slabă (de vacă), iar a doua oară se toacă împreună cu cea de porc şi cu o parte din ceapă uşor călită. Se adaugă verdeaţă, piper, orezul opărit şi sare, se amestecă totul; dacă tocătura (compoziţia) este prea deasă, se mai adaugă apă călduţă cît absoarbe. Se umplu ardeii cu compoziţia respectivă fără să fie îndesată, apoi fiecare ardei se dă cu partea umplută prin făină şi tot pe aceeaşi parte se aşază într-o tigaie cu untură încinsă ca să se prăjească puţin. Această operaţie se face pentru a se strînge tocătura, ca să nu se desfacă în timpul fierberii. După aceea se aşază ardeii într-o tavă sau într-o cratiţă fie culcaţi, fie cu gura în sus, iar în untura rămasă de la prăjitul ardeilor se căleşte restul de ceapă cu restul de făină, se adaugă bulion şi se stinge cu zeamă de oase sau cu apă fierbinte. Se lasă să dea în cîteva clocote, după care se strecoară peste ardei, se potriveşte de sare şi se lasă să fiarbă 1 oră, după care se adaugă roşiile tăiate în bucăţi şi se introduc în cuptorul potrivit de încălzit ca să se rumenească roşiile pe deasupra. Dacă sosul este prea gros, se mai adaugă supă sau apă caldă şi, după gust, puţin zahăr. Se servesc cu smîntînă sau cu iaurt.

1098. **Dovlecei umpluţi cu carne**

Se prepară umplutura pentru dovlecei la fel şi cu aceleaşi componente şi cantităţi ca în reţeta anterioară (Ardei umpluţi), cu deosebirea că în loc de ardei se folosesc dovlecei. Dovleceii se curăţă la capete (la cotor şi la floare), se rad puţin de coajă pe deasupra, se taie în două pe grosime, se scobesc de miez şi se umplu lejer, fără să se îndese umplutura, după care se prăjesc puţin într-o tigaie cu untură, ca să capete o aromă plăcută. (Se umple apoi vasul cu sos şi se fierb împreună pînă sînt gata. În continuare se procedează ca şi cu ardeii umpluţi.

1099. **Castraveţi umpluţi cu carne**

Se aleg castraveţi groşi şi de aceeaşi mărime, se curăţă foarte puţin de coajă, după care se taie în două şi se scobesc de miez cu atenţie să nu se găurească marginile (pereţii). În continuare se procedează la fel ca în reţeta anterioară.

1100. **Gulii umplute cu carne**

Se prepară din gulii tinere, fiindcă cele trecute (bătrîne) sînt fibroase. Componentele, cantităţile şi pregătirea umpluturii sînt aceleaşi ca şi la reţeta 1097, ardeii fiind înlocuiţi cu 12 gulii, care se curăţă de coajă şi apoi se scobesc la partea dinspre rădăcină. În rest se procedează la fel ca la reţeta „Dovlecei umpluţi".

1101. **Cartofi umpluți cu carne**

Componentele, cantitățile și pregătirea sînt aceleași ca la rețeta 1097, înlocuindu-se doar ardeii cu cartofi. Se aleg cartofi mari și de formă lunguiață, se curăță de coajă, se spală și se taie orizontal în două. Se scobesc dîndu-le formă de bărcuțe. Se umplu cu tocătură, se netezesc, se ung bine cu untură, pe toate părțile, se așază într-o tavă unsă și se introduc în cuptor. După ce cartofii s-au copt, se așază pe fiecare cîte o felie groasă de roșie și se mai lasă în cuptor pînă se rumenesc și roșiile puțin pe deasupra. La urmă, cînd cartofii sînt gata, se toarnă sosul și se mai lasă să dea împreună cu sosul într-un clocot. Sosul poate fi alb, cu smîntînă sau de ceapă, de mărar, sau de roșii.

1102. **Praz umplut cu tocătură de carne**

Se alege praz cît mai gros și se taie partea albă în bucăți de 10 cm. Acestea se opăresc în apă clocotită cu sare, după care se trec prin apă rece și li se scoate cu atenție mijlocul, astfel ca să rămînă niște tuburi cu 2—3 învelișuri. Tuburile de praz se umplu cu o tocătură preparată la fel ca în rețeta 1097, după care se prăjesc pe rînd într-o cratiță cu grăsime. Prazul umplut se așază apoi într-o tavă, peste el se toarnă sos de roșii (v. rețeta 197) și se lasă să fiarbă 30 min. Se servește cu smîntînă sau iaurt proaspăt.

1103. **Roșii umplute cu tocătură de carne**

Se prepară la fel ca gulițile umplute. Se aleg roșii mari, tari și de aceeași mărime. Se taie la cotor, atît cît să permită să se scobească roșia de miez cu o linguriță. După ce se umplu cu tocătură preparată ca în rețeta 1097, roșiile se pun într-o tavă și se introduc în cuptorul potrivit de încălzit și, ca să nu se pîrlească, se acoperă cu o hîrtie unsă. Se servesc cu sos tomat la care se adaugă miezul roșiilor scobite și după ce au mai fiert împreună 10—20 min se strecoară, iar în sosul strecurat se adaugă smîntîna, sau se servește smîntîna la masă separat.

1104. **Sarmale în foi de varză murată**

300 g carne de porc, 200 g carne de vacă sau tot de porc dar mai slabă, 100 g orez, 150 g untură, 150 g ceapă, 50 g bulion, 300 g roșii, 1-2 căpățîni de varză murată, piper boabe, piper pisat, 1 fir de cimbru.

Carnea împreună cu o parte din ceapa călită se trec prin mașina de tocat. Se adaugă orezul opărit, piper pisat, sare, se amestecă bine și cu această tocătură se pregătesc sarmalele cu foi de varză alese dinainte, acestea trebuind să fie subțiri. Se așază carnea (cantitatea cărnii cît o nucă mijlocie) pe marginea foii, pe palma întinsă sau pe masă, se întoarce un capăt al frunzei peste carne și se rulează pînă la celălalt capăt. Apoi marginile frunzei de la capete se introduc în interiorul sarmalei.

Frunzele rămase, după ce li se înlătură nervura principală, se așază una peste alta, se rulează și se taie cît se poate de subțire. O parte din această varză se pune pe fundul cratiței, peste care se așază apoi sarmalele în rînduri suprapuse, iar deasupra se pune restul de varză tocată. Printre rîndurile de sarmale sau la mijloc se poate pune costiță afumată sau slănină. Oala cu sarmale se umple cu sos pregătit în felul următor: ceapa tăiată mărunt se pune la călit cu untură, se adaugă bulion și se stinge cu atîta

apă caldă cît este nevoie pentru a acoperi sarmalele. Peste sarmale se pun restul de varză, boabe de piper, cimbru, felii de roşii şi se lasă să fiarbă acoperite cu capac 2—3 ore neîntrerupt. Între timp, se mişcă din cînd în cînd cratiţa să nu se prindă sarmalele la fund. Dacă sarmalele scad în timpul fiertului, atunci se mai adaugă apă fierbinte. Se recomandă ca, după ce s-au fiert pe jumătate, sarmalele să se introducă în cuptor la foc mic. Ca să nu se afume sarmalele, se pot pune la fundul vasului beţişoare aşezate în formă de grătar.

Dacă varza este prea acră sau sărată, trebuie spălată bine înainte de întrebuinţare.

La sarmale nu este bine să se pună la început prea mult sos cu apă, întrucît ele se umflă în timpul fierberii şi sosul dă pe dinafară şi curge pe plită. Dacă este nevoie se mai adaugă apă pe parcurs.

Sarmalele se servesc cu mămăliguţă caldă şi, după gust, cu smîntînă sau ardei iute proaspăt.

1105. **Sarmale în foi de varză dulce**

Se pregătesc la fel ca sarmalele cu varză acră, cu deosebirea că varza dulce se desface în foi şi se opăreşte în apă cu puţină sare, sau în borş ori în zeamă de varză murată.

Între straturile de sarmale se pun felii de roşii, pentru a da un gust mai acrişor, sau spre sfîrşitul fierberii se mai adaugă suc de roşii şi se mai fierb 10—20 min împreună.

Se servesc cu smîntînă şi mămăliguţă caldă.

1106. **Sarmale cu orez şi costiţă**

1-2 căpăţîni varză, 200 g orez, 200 ml ulei sau untură, 50 g bulion, 200 g ceapă, cîteva roşii, 200 g costiţă afumată sau proaspătă, piper, sare.

Dacă se foloseşte varză dulce, aceasta se opăreşte, se aleg foile cîte sînt necesare, iar restul se taie foarte subţire. Dacă sarmalele se prepară cu varză acră, aceasta mai întîi se spală pentru a-i lua acreala, apoi se aleg foile, iar restul se toacă subţire. Ceapa tăiată mărunt se pune la prăjit în cratiţă cu o parte din ulei sau untură şi cînd s-a prăjit puţin se adaugă orezul ales, spălat şi scurs de apă. Se lasă să se prăjească puţin împreună, se stinge orezul cu jumătate din cantitatea de bulion şi cu zeama de oase sau apă fierbinte în cantitate de două ori mai mare decît orezul, se amestecă, se adaugă piper şi sare şi după ce a dat în fiert, se introduce în cuptor unde se lasă 20 min cu uşa cuptorului deschisă.

Între timp, se taie costiţa mărunt (ca bobul de mazăre), se amestecă cu orezul scos din cuptor, după care cu compoziţia respectivă şi cu foile de varză se fac sarmalele. Pe fundul unei cratiţe se aranjează un grătar din beţişoare subţiri sau din felii tăiate din coceanul verzei, peste care se pune un strat de varză tăiată şi se aşază apoi în rînduri sarmalele suprapuse. Deasupra se pune restul de varză, roşii tăiate felii şi apoi se completează pînă se umple vasul cu sosul pregătit astfel: restul de untură se pune într-o cratiţă, se adaugă 1 ceapă tăiată mărunt şi se călеşte 5—6 min, se adaugă restul de bulion, se stinge cu apă şi se răstoarnă peste sarmale. După ce sarmalele au dat în fiert se micşorează focul, iar după 1 oră de fierbere se introduce cratiţa cu sarmale în cuptor unde se lasă să fiarbă pînă ce varza este gata.

1107. **Sărmăluţe în foi de spanac, de viţă sau de tei tinere**

400 g carne, 60-100 g orez, 100 g ceapă, mărar cît mai mult (2-3 legături), foi de care avem la îndemînă, 60 g untură, sare, piper, smîntînă sau iaurt.

Pentru sos: *50 g untură, 1 lingură de făină, 1 ceapă, 1 l borş.*

Carnea se trece împreună cu ceapa călită prin maşina de tocat. Se adaugă orezul opărit, piper pisat, sare şi mărarul tăiat mărunt. Foile se opăresc în apă cu sare, puţin acrită cu borş sau oţet; foile nu trebuie să fie prea opărite, deoarece se pot rupe. După ce foile se zvîntă, se taie codiţele şi se fac sărmăluţe, care se aşază într-un vas în care s-a aşternut la fund un strat de foi din cele mai groase. Vasul cu sarmale se umple cu un sos preparat cu ceapă călită care, cînd începe să se rumenească, se stinge cu borş şi se potriveşte de acru şi de sare. Sarmalele se fierb pe plită încet, cam 1—2 ore, şi între timp se adaugă, dacă este nevoie, apă şi se mişcă din cînd în cînd vasul, să nu se prindă pe fund. Spre sfîrşit, se adaugă mărarul tăiat mărunt.

Se servesc cu sosul lor şi cu smîntînă sau iaurt bătut cu un gălbenuş.

De reţinut. Foile de spanac, ştevie, lobodă, sfeclă, hrean, sînt mai fragede decît cele de viţă de vie şi de aceea se opăresc mai cu atenţie. Se pun la opărit cîte puţine, în apă acrită sau în borş, se scot repede şi se resfiră pe platouri sau pe tocător, altfel se rup.

1108. **Sărmăluţe cu carne de miel**

Se pregătesc la fel ca în reţeta precedentă, cu deosebirea că tocătura se prepară din carne de miel şi se adaugă la ea mărar tocat mărunt.

1109. **Sarmale ţărăneşti cu păsat**

400 g păsat, 100 g untură, 200 g slănină, 1-2 legături de mărar, piper, sare, 1 l de borş sau zeamă de varză.

Dacă se foloseşte varză dulce, aceasta se opăreşte, apoi se aleg foile. În cazul în care varza este murată, aceasta se clăteşte cu apă călduţă în cazul în care este acră, apoi se aleg foile, iar restul de varză se toacă mărunt.

Ceapa se taie mărunt şi se călеşte uşor în untură împreună cu slănina tăiată foarte mărunt. Cînd începe să se rumenească slănina, se pune păsatul spălat bine şi scurs, se amestecă bine şi se stinge imediat cu apă fiartă cît primeşte, ca să se umfle bine, după care se adaugă piper, mărar tăiat mărunt şi sare. Cu această compoziţie şi foile de varză se fac sarmalele, care se aranjează în cratiţă în rînduri suprapuse. Atît la fundul cratiţei cît şi deasupra sarmalelor se pune cîte un strat de varză tocată, cam de grosimea unui deget, apoi se completează cu apă. Dacă sarmalele sînt pregătite cu varză dulce, în loc de apă se poate pune suc de roşii sau borş, ori zeamă de varză murată. După ce sînt aproape fierte, se introduc în cuptor pentru 30 min.

Se servesc cu smîntînă.

1110. **Varză umplută cu tocătură de carne**

300 g carne de porc, 200 g carne de vacă, 100 g ceapă, 60 g orez, 1 varză mai mare cu foile subţiri sau verze mici cîte una de persoană (la

porție), 150 g untură, 50 g bulion, piper, sare, smîntînă, 1/2 lingură de făină, 50 g pesmet, 6 felii de costiță sau de slănină.

Se aleg verze mici cu frunzele neîndesate, acestea se resfiră, se spală bine și apoi verzele se opăresc întregi în apă clocotită cu sare. Dacă folosim o singură varză mai mare, aceasta trebuie să fie de asemenea neîndesată, dar înainte de a fi opărită i se scoate coceanul. După opărire se desfac frunzele și începînd de la mijloc se intercalează între ele umplutura (tocătura), rezultînd astfel mai multe straturi de tocătură separate între ele prin foi de varză. La exterior se lasă 2—3 foi libere, protectoare, pentru a înveli varza umplută; frunzele se strîng bine, se dă forma naturală (rotundă) a verzei și la nevoie se poate chiar lega cu ață. Verzele sau varza umplută se așază într-un vas de mărime corespunzătoare, care rezistă la cuptor. Vasul se unge cu untură, se presară cu pesmet, iar peste verze se pune cîte o felie de costiță sau de slănină și se introduc în cuptor. După 1 oră, peste verzele umplute se toarnă un sos preparat din ceapă călită cu untură, stinsă cu bulion și supă de oase, cu apă caldă, se adaugă sare și se dă în cîteva clocote. Se mai lasă să fiarbă împreună 30—40 min și aproape de sfîrșit se adaugă smîntînă amestecată cu făină.

Varza umplută este mai gustoasă dacă se prepară din soiul varză creață.

1111. **Varză clujeană**

2 kg varză acră sau dulce, 60 g orez, 500 g carne de porc, 200 g ceapă, 50 g slănină afumată, 50 g bulion, 100 g untură, 200 g smîntînă, piper, sare.

Carnea și slănina se trec prin mașina de tocat împreună cu ceapa tăiată mărunt și prăjită puțin în untură. Se adaugă orezul opărit, sare și piper, după gust, și se amestecă. Dacă se prepară din varză dulce, aceasta se taie foarte subțire și se freacă cu puțină sare, se lasă 10—20 min, apoi se stoarce, se pune într-o cratiță cu untură și se amestecă pe foc pînă se înmoaie; se adaugă bulion și se stinge cu apă caldă, apoi se potrivește de sare și de acru. După aceea, într-o cratiță se așază alternativ un rînd de varză și unul de tocătură, în așa fel ca ultimul strat să fie de varză. Se toarnă peste varză restul de sos, se introduce în cuptor și se ține 1 1/2 ore.

Se servește cu smîntînă groasă pe deasupra.

1112. **Roșii umplute cu tocătură de carne călită**

300 g carne de vacă, 200 g carne de porc, 12 roșii, 100 g ceapă, 100 g untură, 100 g smîntînă, 1 legătură de pătrunjel verde, 1 lingură de făină, piper, sare, 1 lingură de bulion.

Se aleg roșiile de aceeași mărime, se taie la cotor atît cît să permite să se scobească miezul cu o linguriță. După ce s-au golit de miez, se pun roșiile cu gura în jos să se scurgă, apoi se umplu cu tocăturătură de carne pregătită în felul următor: ceapa tăiată mărunt se călește într-o cratiță cu untură, se adaugă carnea tăiată în bucăți mici și se mai călesc 10—20 min împreună, după care se răcește și se trece totul prin mașina de tocat. Se adaugă sare, piper, ouă, se amestecă bine și se poate folosi.

Roșiile umplute se așază cu partea umplută în jos într-o tavă unsă cu untură, se ung și se introduc în cuptorul potrivit de încălzit. Carnea fiind călită, iar pereții roșiilor fragezi, acestea sînt repede gata.

Se servesc cu sos de roşii preparat astfel: bulionul se diluează cu 1/2 l supă de oase sau cu apă, se adaugă miezul de la roşii, făina dizolvată şi se dă în cîteva clocote, după care se strecoară, se potriveşte de sare şi după preferinţă se adaugă smîntînă, zahăr şi pătrunjel verde tăiat mărunt.

1113. **Culibiaca cu carne**

600 g carne de vacă (pulpă), 200 g ceapă, 60 g untură, 30 g pesmet, 2 ouă, 50 g caşcaval, sare, piper.

Pentru aluat: *250 g unt sau margarină, 400 g făină, 1 ou, 1 linguriţă de oţet, 1/2 linguriţă de sare.*

Într-un lighenaş încălzit se pun 50 g margarină, se adaugă 1/2 pahar apă caldă, oul, oţetul, sarea şi se amestecă cu o lingură, adăugîndu-se treptat 350 g făină. După ce s-a omogenizat, se frămîntă pînă ce aluatul se desprinde de mînă şi de vas. Se pune apoi pe planşeta presărată cu făină, se acoperă şi se lasă să stea 10—15 min. În acest interval se freacă restul (200 g) de margarină cu 50 g făină, pînă se înmoaie. Aluatul de pe planşetă se întinde cu sucitorul pînă ajunge la grosimea de 1/2 cm; peste el, cu ajutorul unui cuţit lung, se întinde margarina frecată, după care se rulează. Ruloul obţinut se aplatizează cu palma, apoi şi cu sucitorul, astfel ca să ajungă la lăţimea de 20 cm. După aceea se ridică capetele, se aduc spre mijloc, apoi se pune în două, aşa cum s-ar închide o carte şi se pune la rece. După 20—30 min de stat la rece se întinde aluatul pînă la grosimea de 4—5 mm, se presară cu caşcaval ras, se aşază carnea tocată, care se prepară ca în reţeta precedentă, într-un strat uniform, după care se rulează şi se pune într-o tavă unsă. Se unge ruloul cu ou bătut şi se presară pe deasupra cu restul de caşcaval ras, apoi se introduce în cuptor pînă se coace şi se rumeneşte frumos. Se serveşte caldă, tăiată în felii.

1114. **Tocătură din carne combinată cu miez de pîine**

Această tocătură se foloseşte la prepararea chiftelelor, perişoarelor, musacalelor, pîrjoalelor, muşchiului tocat, colţunaşilor, plăcintelor etc. Tocătura diferă de cea preparată după reţeta 1096, prin faptul că în loc de orez se foloseşte miez de pîine, care se adaugă în proporţie de 100—200 g la 1 kg de carne şi tot atîta ceapă călită (100—200 g), iar verdeţurile şi mirodeniile se adaugă după gust.

1115. **Chiftele**

500 g carne macră (mai mult slabă), 60-100 g miez de pîine, 100 g ceapă, 1 legătură de verdeaţă, 1-2 ouă, piper, sare, făină, ulei pentru prăjit.

Carnea se curăţă de pieliţe şi de vine, se taie mărunt şi se trece prin maşina de tocat împreună cu miezul de pîine înmuiat în apă rece şi apoi bine stors, ceapa tăiată în felii şi călită puţin în 30—50 g untură. După ce carnea a fost tocată, se mai adaugă verdeaţă tăiată foarte mărunt, 1—2 ouă, sare, piper, după gust, şi se amestecă bine. Din compoziţia respectivă se fac chiftele, cam de 30—50 g fiecare, se tăvălesc prin făină, dîndu-li-se o formă rotundă, plată. Se prăjesc în ulei bine încins pe ambele părţi, fără să se usuce. Se servesc calde sau reci.

Chiftelele sînt mai gustoase dacă se pregătesc din carne de vacă amestecată cu carne de porc în proporţii egale.

1116. **Chiftele speciale (micuţe)**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, reducîndu-se la jumătate cantitatea de franzelă, iar din tocătura obţinută se formează chifteluţe de circa 20 g fiecare, prăjindu-se apoi în ulei foarte încins ca să se rumenească puţin şi să-şi păstreze sucul.

1117. **Chiftele marinate**

400 g carne, 100 g franzelă, 50 g ceapă, 1 ou, verdeaţă, piper, sare, foi de dafin, oţet după gust, 1 kg sos tomat (vezi reţeta 197).

Se pregăteşte tocătura ca în reţeta 1115 şi din ea se formează chifteluţe care se prăjesc pe ambele părţi. După ce s-au prăjit se pun în sos tomat sau spaniol. Se pot adăuga puţină boia de ardei, 1 fir de cimbru şi, după gust, piper, sare, foaie de dafin, oţet şi 1 linguriţă de zahăr, după care se lasă să fiarbă împreună 5—6 min şi apoi se mai ţin la cald 10—20 min. Se pot servi cu smîntînă, care se toarnă peste chiftele în momentul servirii.

1118. **Chifteluţe cu mărar**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, adăugîndu-se şi mărar tăiat mai mare (numai frunze fără cozi). Se pot adăuga şi cîteva felii de lămîie curăţată de coajă şi de seminţe, apoi se mai lasă să fiarbă împreună 20—30 min.

1119. **Chifteluţe cu tarhon**

Se prepară la fel ca şi chifteluţele cu mărar, numai că acesta se înlocuieşte cu tarhon care se opăreşte în prealabil.

1120. **Chifteluţe cu ciuperci**

La chifteluţele pregătite ca în reţeta 1116 se înlocuieşte mărarul sau tarhonul cu 300—400 g ciuperci proaspete, călite în ulei pînă ce scade de tot apa ieşită din ele, care apoi se adaugă în sosul cu chifteluţe; se mai poate adăuga vin sau smîntînă, după gust, fierbîndu-se împreună 10—15 min.

1121. **Chifteluţe în sos de smîntînă**

Chifteluţele, prăjite ca în reţeta 1117, se pun în sos alb de smîntînă (v. reţeta 176), la care se mai adaugă frunze de pătrunjel tăiate mărunt şi se lasă să dea în 2—3 clocote. Se servesc fierbinţi, cu garnitură după gust: cartofi piure, pilaf de orez sau mămăliguţă.

1122. **Perişoare cu verdeaţă (pătrunjel şi mărar)**

300 g carne de vacă, 200 g carne de porc, 60 g ceapă, 100 g franzelă, 1 ou, 100 g smîntînă, 60 g untură, sare, piper, 2-3 legături de verdeaţă.

Carnea, curăţată de pieliţe şi vine, se trece prin maşina de tocat împreună cu franzela înmuiată în apă şi bine stoarsă şi cu ceapa uşor călită, după care se adaugă sare, oul, piper pisat şi se amestecă bine. Din com-

poziția obținută se formează perișoare mici de circa 20 g, care se tăvălesc prin verdeață tăiată mărunt, apoi se așază într-o tavă unsă cu grăsime și se introduc în cuptorul bine încins. Se țin la cuptor pînă se întăresc și se rumenesc puțin, fără să se ardă verdeața. Între timp, se prepară un sos tomat și se strecoară peste perișoare, lăsîndu-se apoi împreună să dea în fiert 10—20 min. Se servesc cu smîntînă și, ca garnitură, cu piure de cartofi.

1123. **Pîrjoale moldovenești**

500 g carne, 100 g franzelă, 100 g ceapă, 1 ou, 1 legătură de mărar, sare, piper pisat și usturoi după gust, ulei sau untură pentru prăjit.
Pentru împănat: *1 lingură de făină, 2 ouă, 100 g pesmet.*

Carnea se curăță de pieliță și de vine, se taie în bucăți și se trece prin mașina de tocat. (Prima dată se dă carnea prin mașina de tocat fără adaos, iar a doua oară împreună cu franzela înmuiată în apă rece și apoi bine stoarsă, ceapa tăiată în felii și puțin călită în 30—40 g grăsime). La tocătura obținută se adaugă verdeața tăiată mărunt, usturoi pisat, 1—2 ouă, piper pisat și sare, după gust. Se amestecă bine frămîntînd, după care se formează pîrjoale de forma frunzei de vișin, care se dau prin făină, ouă bătute și prin pesmet și se prăjesc încet pe ambele părți, în grăsimea înfierbîntată.

Se servesc cu piure de cartofi sau de fasole, spanac, mazăre sau cu sote de morcovi.

Cînd se servesc, pîrjoalele moldovenești se pot stropi cu unt topit și cu mujdei de usturoi.

1124. **Pîrjoale umplute (zrazi)**

Aceste pîrjoale se prepară din tocătură pregătită ca în rețeta anterioară, dar nu se pune usturoi și se umple fiecare pîrjoală cu sferturi de ouă sau cu omletă; se trec prin pesmet, apoi se ung cu ou pe deasupra și se introduc în cuptor pînă se rumenesc.

Se servesc calde, cu garnitură după gust.

1125. **Mușchi tocat I**

300 g carne de vacă, 200 g carne de porc, 100 g ceapă, 1 legătură de verdeață, 150 g franzelă, 3 ouă, sare, piper, untură, făină.

Se curăță carnea de pieliță și de vine și se dă de două ori prin mașina de tocat (prima dată numai carnea, iar a doua oară împreună cu franzela înmuiată și stoarsă, ceapa călită și verdeața). Se potrivește de sare și de piper,. se adaugă 1—2 ouă, se amestecă bine frămîntînd și se formează un sul de forma unui mușchi de vacă. Se așază într-o tavă bine unsă, se presară cu făină, se unge cu ou bătut și se coace în cuptorul potrivit de încins, ungîndu-se tot timpul cu grăsime din tavă. Ca să nu se ardă untura din tavă, în jurul mușchiului se pun cîteva felii de cartofi tăiați gros, care se pot servi la masă ca garnitură. Se mai poate garnisi cu piure de cartofi, macaroane fierte și sos tomat.

1126. **Mușchi tocat II**

Se prepară tocătura la fel ca în rețeta precedentă. În tocătură se pot adăuga 100 g slănină tăiată în cubulețe mici și apoi opărită. Se întinde to-

cătura într-un strat de circa 1 cm și la mijloc se pune o umplutură din ciuperci sau din 2—3 ouă făcute omletă sau fierte. Se rulează, se strînge și se pune sulul într-o tavă bine unsă și presărată cu pesmet numai pe locul unde se așază acesta. Mușchiul se pune în tavă cu partea adunată în jos, altfel se desface. Se presară cu făină și se unge cu ou bătut. În timpul frigerii în jurul mușchiului se mai adaugă untură și sferturi de cartofi.

Ca să nu se ardă tava în jurul mușchiului, este bine ca acesta să se frigă într-o tavă lungă și îngustă, de mărimea lui.

Se servește tăiat felii. cald sau rece, cu diferite garnituri și sosuri.

1127. **Plăcintă cu carne I**

Pentru foaie: *400 g făină, 2 g drojdie, 150 g lapte, 1 ou, 150 g margarină sau untură, 30 g zahăr.*

Pentru umplutură: *400 g carne, 100 g ceapă, 100 g untură, 2 ouă, sare, piper, 50 g caşcaval, 1 ou pentru uns.*

Ceapa tăiată mărunt se înăbușă în untură împreună cu carnea tăiată bucățele, după care se trece totul prin mașina de tocat carne. Se adaugă sare, piper, ouă și se amestecă bine.

Între timp, se prepară aluatul din făină, drojdia dizolvată cu lapte călduț, zahăr, 1/2 linguriță de sare și un ou. Se lasă coca să crească la cald, după care se pune pe o planșetă presărată cu făină și cu sucitorul se întinde din ea o foaie cît mai subțire. Aceasta se unge pe toată suprafața cu margarină sau cu untură ținută la cald să se înmoaie, se rulează, apoi se presează pînă se lățește la 16 cm. După aceea capetele se adună spre centru și se împăturește încă o dată, la fel cum se închide o carte. Se lasă la rece 20—30 min, după care se întinde din nou o foaie, se pune pe aceasta umplutura, se nivelează și se rulează. Se așază într-o tavă unsă și se lasă să crească coca 20—30 min, după care se unge cu ou, se presară cu caşcaval și se introduce în cuptorul încins să se rumenească.

1128. **Plăcintă cu carne II, în foaie de ştrudel**

Pentru aluatul de ştrudel: *500 g făină, 1-2 ouă, 2 linguri ulei, 1/2 lingură oțet, 1/2 linguriță sare, apă călduță cît cuprinde.*

Pentru umplutură: *600 g carne macră, 2-3 cepe, 60 g untură, 1-2 ouă, 1 legătură de pătrunjel verde, sare, piper pisat, 60 g unt pentru stropit între foi.*

Înainte de pregătire, făina se ține o zi într-un loc călduț, apoi se cerne într-un castron încălzit și se amestecă cu oăle, uleiul, oțet, sare și apă cît primește făina ca să se obțină un aluat potrivit de moale. Se frămîntă bine, pînă se dezlipește de vas și de degete, după care se împarte în 7—8 bucățele mici care se rotunjesc, se ung cu ulei și se așază pe planșeta unsă, iar deasupra se acoperă cu un vas încălzit. Se lasă 20—30 min, după care se întind pe rînd în foi subțiri, fără să se rupă. Foile se întind pe locul unde pot să stea la zvîntat 10—15 min. (Foile se așază fiecare separat pe o față de masă sau pe coli de hîrtie albă). După ce s-au zvîntat se așază într-o tavă unsă cu grăsime, pe rînd, una cîte una, jumătate din foi, stropindu-se între ele cu unt sau ulei. Deasupra lor se așază un strat egal de tocătură care se prepară din timp (Carnea tăiată bucăți mici se înăbușă cu ceapă tăiată felii subțiri, într-o cratiță cu untură, se stinge cu puțină apă, se potrivește de sare și se lasă să fiarbă pînă ce carnea este aproape gata și scade zeama. Se lasă apoi cîteva minute să se răcească, se trece

de două ori prin maşina de tocat, se adaugă ouăle, pătrunjel tăiat mărunt, sare, piper şi se amestecă), iar peste aceasta se aşază restul de foi stropite între ele cu unt şi bine unse pe deasupra tot cu unt. Se introduce plăcinta în cuptor şi se ţine pînă se rumeneşte frumos. Plăcinta cu carne se serveşte caldă.

1129. **Plăcintă cu carne III**

Această plăcintă se prepară cu carne pregătită la fel ca în reţeta precedentă, cu deosebirea că aluatul se prepară altfel din: *600 g făină, 100 ml ulei, 1 ou, 1 lingură de oţet, 1 linguriţă de sare, apă cît primeşte făina, 200-300 g unt sau margarină.*

Din făină cu ulei, oţet, sare şi apă cît primeşte se frămîntă aluatul potrivit de moale, fără să fie lipicios. Se întinde cu sucitorul o foaie subţire şi rotundă, se unge toată suprafaţa cu unt moale, apoi se fac pe ea opt tăieturi de la margine spre centru, lăsînd la mijloc un disc avînd diametrul aproximativ jumătate din cel al discului iniţial netăiat. Se aşază porţiunile de aluat una peste alta după cum se arată în reţeta 1468 şi se lasă aluatul în repaus 1—2 ore la loc răcoros (nu la frigider), apoi se întinde cu sucitorul o foaie pînă la grosimea de 5—6 mm, se împătureşte în trei sau în patru, după care se întinde din nou o foaie subţire, de două ori mai mare decît tava în care se coace plăcinta şi se taie în două, formînd două foi potrivite pentru suprafaţa tăvii. Una din ele se aşază în tava unsă, se pune deasupra umplutura de carne (sau altă umplutură dorită), se întinde şi apoi se acoperă cu cealaltă foaie, după care se lipesc marginile apăsînd cu degetele. Se unge pe deasupra cu ulei sau cu unt topit şi se introduce plăcinta în cuptor, unde se ţine pînă se rumeneşte.

1130. **Cornuleţe cu carne I**

Pentru aluat: *500 g făină, 200 g smîntînă, 200 g unt, 20 g drojdie, 1 linguriţă de zahăr, 1/2 linguriţă de sare, 50 ml lapte.*

Pentru umplutură: *600 g carne macră, 2-3 cepe, 50 g untură, 2 ouă, sare, piper, 1 legătură de pătrunjel verde.*

Se dizolvă drojdia cu laptele călduţ într-un lighenaş. Se adaugă făina cernută, smîntîna, untul moale, zahărul, sarea, se amestecă bine şi se lasă să se odihnească 2—3 ore. Se pune apoi aluatul pe o planşetă presărată cu făină, se întinde o foaie de circa 0,5 cm grosime şi se decupează în triunghiuri. În mijlocul acestora se pune cîte o linguriţă cu umplutură de carne (care se prepară astfel: carnea, tăiată în bucăţi mici, se înăbuşă într-o cratiţă cu untură, ceapă tăiată felii subţiri şi sare. Se stinge cu puţină apă şi se lasă să fiarbă. După ce a fiert şi a scăzut bine, se trece de două ori prin maşina de tocat. Se adaugă ouăle, sare, piper şi se amestecă), se rulează, dîndu-li-se formă de cornuleţe şi apoi se lasă 20—30 min la loc călduţ ca să crească, după care se ung cu ou bătut şi se introduc în cuptorul încălzit potrivit; se coc pînă se rumenesc frumos. Se servesc calde.

1131. **Cornuleţe cu carne II**

Se prepapră la fel ca în reţeta precedentă, dar în loc să se coacă, se prăjesc în grăsime, într-o cratiţă ca pentru gogoşi. Cornuleţelor pregătite pentru prăjit li se dă o formă cilindrică lunguiaţă şi la mijloc bombată. Se prăjesc pe rînd, în untură multă (baie) şi bine încinsă.

1132. **Crochete cu carne**

400 g carne, 2-3 cepe, 4-5 ouă, sare, piper, 50 g untură, 50 g făină, 50 g unt, 200 ml lapte, 100 g pesmet, grăsime pentru prăjit.

Carnea se taie mărunt și se înăbușă cu ceapa tăiată felii, într-o cratiță cu untură și puțină apă. Cînd carnea s-a înmuiat, se potrivește de sare, piper și se dă de două ori prin mașina de tocat.

Separat, într-o cratiță, se încălzește untul, se adaugă făina, se amestecă pe foc domol și cînd făina s-a încins puțin se stinge cu lapte, apoi se fierbe în continuare, amestecîndu-se pînă se îngroașă sosul. Se lasă să se răcească puțin, se adaugă 2 ouă, carnea tocată, se mai gustă de sare și de piper, se amestecă și se împarte compoziția în bucăți de 30—50 g. Acestora li se dă forma de crochete cilindrice, lungi de 4—5 cm, care se dau prin ou bătut, se tăvălesc în pesmet și se pun la prăjit în ulei sau untură bine încinsă. În timpul prăjitului, crochetele trebuie mereu întoarse, ca să nu se ardă pe o parte.

Se pot prepara crochete și din resturi de friptură sau din carne fiartă. Se servesc cu garnitură după gust și stropite cu unt topit.

1133. **Colțunași cu carne**

Pentru aluat: *400 g făină, 1 ou.*

Pentru umplutură: *300 g carne macră, 1-2 cepe, 60 g untură, 1-2 ouă, sare, piper, 100 g unt.*

Se cerne făina pe o planșetă, se adaugă oul și apă cît cuprinde, se amestecă cu o furculiță pînă s-a încorporat făina și apoi se frămîntă cu mîna pînă ce aluatul se dezlipește de degete și de planșetă. Dacă aluatul este prea moale sau lipicios, se mai adaugă făină și se mai frămîntă (aluatul trebuie să fie puțin mai moale decît cel de tăiței). Din aluatul obținut se întinde, pe o planșetă presărată cu făină, o foaie de circa 2 mm grosime, care se taie în pătrate cu latura de 5—6 cm sau se decupează discuri cu gura unui pahar sau cu o formă specială. La mijlocul fiecărui pătrat se pune cîte o linguriță de umplutură, după care se îndoaie două colțuri opuse, obținîndu-se triunghiuri a căror margini se strîng cu degetele și se lipesc. Trebuie să se lucreze repede, căci altfel se usucă coca și nu se mai pot lipi bine marginile.

Colțunașii gata pregătiți se pun la fiert într-un vas cu apă multă clocotită și cu puțină sare. După primul clocot, se amestecă imediat, ușor, cu o lingură de lemn, ca să nu se lipească colțunașii de fundul vasului sau între ei. Apoi se acoperă vasul și se fierb neîntrerupt 12—14 min, după care se ia vasul de pe foc și se lasă colțunașii să stea 10—15 min în apa în care s-au fiert. Se scot apoi cu o strecurătoare și se trec sub un jet de apă rece timp de 1 secundă și se scurg bine de apă. Se stropesc cu unt și se introduc pentru cîteva minute în cuptor. Se servesc fierbinți.

Carnea pentru colțunași se prepară la fel ca în rețeta 1130.

1134. **Clătite umplute cu carne**

Pentru clătite: *400 g făină, 2-3 ouă, 1/2 l lapte.*

Pentru umplutură: *500 g carne macră, 2-3 cepe, 1-2 ouă, 100 g untură, piper, sare, 1 legătură de verdeață, ulei pentru prăjirea foilor.*

Se cerne făina într-un castron, se adaugă 2—3 ouă, puțină sare și se amestecă subțiindu-se cu lapte călduț, pînă ce compoziția devine cà o

smîntînă groasă. Se pune la înfierbîntat bine o tigaie cu puţin ulei (o linguriţă), se toarnă deasupra cam 50—60 g cocă, mişcîndu-se tigaia ca să se întindă coca pe toată suprafaţa tigăii. După ce s-a rumenit pe o parte, se întoarce foaia pe partea cealaltă. Foile prăjite se umplu cu compoziţia de carne pregătită între timp. (Carnea se curăţă de vine, se spală, se taie în bucăţi şi se trece prin maşina de tocat. Într-o tigaie cu untură se călește ceapa tăiată mărunt şi cînd s-a călit puţin se adaugă carnea tocată şi împreună se mai călesc 20—25 min, după care se lasă să se răcească şi apoi se dă din nou prin maşina de tocat. Se potriveşte de sare, piper pisat, se adaugă ouăle, verdeaţa tăiată foarte mărunt, se amestecă şi se umplu foile de clătite). Clătitele umplute se rulează, se aşază într-o tavă unsă, se stropesc cu unt şi se introduc în cuptor să se rumenească puţin. Se servesc cu sos de roşii sau cu smîntînă pe deasupra.

1135. **Clătite umplute cu şuncă şi ciuperci**

Pentru foi de clătite componentele sînt aceleaşi ca în reţeta anterioară.

Pentru umplutură: *300 g ciuperci, 200 g ceapă, 100 g smîntînă, 50 g făină, 200 g şuncă, 50 g caşcaval, piper, sare, 100 ml ulei.*

Se curăţă ciupercile, se spală, se taie în felii şi se călesc în ulei împreună cu ceapa tăiată foarte mărunt. Cînd zeama lăsată de ciuperci a scăzut, se adaugă sare, piper, smîntîna amestecată cu făină, se dă totul în clocot şi se lasă să se răcească. Şunca se taie subţire, se adaugă la ciuperci şi se amestecă totul. Cu această compoziţie se umplu foile de clătite, care se rulează, se pun într-o tavă unsă, se stropesc cu unt, se presară cu caşcaval ras şi se introduc în cuptor lăsîndu-se pînă se rumeneşte caşcavalul.

1136. **Budincă de clătite cu carne**

Foile de clătite şi umplutura de carne se prepară la fel ca în reţeta 1134, cu deosebirea că în loc să se ruleze se aşază alternativ, într-o formă rotundă unsă cu unt, foi de clătite şi straturi de umplutură de carne. Deasupra se stropeşte cu unt sau cu ouă bătute cu smîntînă şi se introduce în cuptor. Se mai poate presară şi cu caşcaval ras pe deasupra şi se coace pînă se rumeneşte frumos.

1137. **Macaroane cu carne**

500 g carne macră, 100 g unt, 1-2 cepe, 50 g caşcaval, 100 g untură, 1-2 ouă, sare, piper, 1/2 l sos tomat.

Se fierb macaroanele în apă multă clocotită, cu sare, într-un vas mai mare. Se scurg, se clătesc cu apă rece şi se reîncălzesc cu unt. Se adaugă carnea pregătită la fel ca în reţeta 1134, sos tomat, sare, piper, se amestecă, se aşază într-o tavă, se nivelează pe deasupra şi se presară cu caşcaval ras. Se introduc în cuptor unde se ţin pînă se vor rumeni (gratina) frumos. Se pot servi şi cu sos tomat pe deasupra.

1138. **Macaroane cu şuncă şi sos tomat**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, în loc de umplutură de carne adăugîndu-se 200 g şuncă tăiată în pătrăţele mici şi prăjită puţin.

1139. **Macaroane milaneze**

500 g macaroane, 100 g unt, 100 g şuncă, 200 g ciuperci, 60 g caşcaval, 1/2 l sos tomat.

La macaroanele pregătite ca în reţeta precedentă se adaugă ciupercile călite, iar cînd se aduc la masă, se presară cu parmezan sau cu caşcaval ras. Se servesc cu sos tomat în sosieră sau turnat peste porţii.

1140. **Musaca de cartofi**

600 g carne macră, 300 g ceapă, 2 ouă, 1,200 kg cartofi, 50 g caşcaval, 30 g pesmet, 1 legătură de verdeaţă, sare, piper, 30 g făină, 200 g untură, 100 g smîntînă, 600 g sos tomat.

Carnea şi ceapa, tăiate mărunt, se călesc împreună, după care se răcesc şi se dau prin maşina de tocat. Se adaugă verdeaţă tăiată mărunt, piper, sare, ouă şi se amestecă totul bine.

Cartofii curăţaţi se taie în felii subţiri în lung, care se prăjesc în untură încinsă.

Într-o tavă unsă şi presărată cu pesmet se aşază alternativ un strat de cartofi şi unul de carne, în aşa fel ca să rezulte trei straturi de cartofi şi două de carne. Deasupra se toarnă un amestec făcut din ouă, făină şi smîntînă, apoi se presară cu caşcaval ras. Se introduce în cuptor şi se ţine pînă se rumeneşte. Se serveşte cu sos tomat.

1141. **Musaca de dovlecei**

Se pregăteşte la fel ca musacaua de cartofi, folosindu-se în locul cartofilor dovlecei tineri, fără seminţe.

1142. **Musaca de ţelină**

Se prepară la fel ca musacaua de cartofi (v. reţeta 1140). Se pot intercala însă, între feliile de ţelină, felii de cartofi şi felii de roşii. Se coace în cuptor pînă se rumeneşte frumos.

Se serveşte cu sos tomat şi de preferinţă cu smîntînă care se pune pe deasupra în momentul servirii.

1143. **Musaca de cartofi piure**

Se pregăteşte la fel ca musacaua de cartofi (v. reţeta 1140), înlocuindu-se cartofii prăjiţi cu straturi de piure de cartofi. Pentru a fi mai picantă, în piureul de cartofi se pot adăuga ceapă călită, piper pisat şi 1—2 ouă.

1144. **Musaca de macaroane**

500 g carne (fie numai vacă, fie amestecată cu carne de porc), 300 g macaroane, 1 ou, 100 g smîntînă, 50 g făină, pesmet, caşcaval ras.

Se poate pregăti musaca şi din resturi de carne rămase, de exemplu friptură rece, sau rasol (carnea strînsă de pe oase fierte).

Tocătura din carne crudă se prepară la fel ca la celelalte reţete de musaca, iar cea din carne fiartă se amestecă cu ceapă călită şi se dă prin maşina de tocat, adăugîndu-se supă sau apă, dacă tocătura iese prea seacă.

Se fierb apoi macaroanele, se lasă pe marginea plitei 10—15 min să mai stea în apa în care au fiert, după care se clătesc cu apă rece și se așază într-o tavă bine unsă cu untură și presărată cu pesmet, alternativ, straturi de macaroane (în total 3) și straturi de carne tocată (în total 2), primul și ultimul strat trebuind să fie de macaroane. Se nivelează și se toarnă deasupra compoziția preparată din ou bătut amestecat cu smîntînă și făină, presărîndu-se apoi totul cu caşcaval ras. Se coace în cuptor pînă se rumenește frumos. Se servește cu sos tomat.

1145. **Musaca de vinete**

300 g carne macră de vacă, 200 g carne de porc, 150 g untură, 2-3 cepe, 1,5 kg vinete, 300 g roșii, 2-3 ouă, 100 g smîntînă, 50 g caşcaval, 1 legătură verdeață, 50 g făină, 30 g pesmet, piper, sare, 600 g sos tomat.

Carnea tăiată în bucăți mici se înăbușă împreună cu ceapa tăiată mărunt. Cînd este gata se lasă să se răcească, apoi se dă prin mașina de tocat, Se adaugă 2 ouă, piper, sare, verdeață tăiată mărunt, sare și se amestecă.

Într-o tavă unsă cu untură și presărată cu pesmet, se așază alternativ un strat de vinete și unul de carne, iar între ele felii de roșii (în total 3 straturi de felii de vinete prăjite și 2 straturi de carne). Peste ultimul strat de vinete se așază roșii tăiate.

Tava se introduce în cuptor și, cînd începe să se coacă musacaua, se toarnă deasupra 1 ou bătut amestecat bine cu făină și smîntînă, se presară totul cu caşcaval ras și se introduce din nou în cuptor, ținîndu-se pînă se rumenește. Se servește cu sos tomat.

1146. **Musaca de varză albă**

1-2 căpățîni de varză îndesată, 500 g carne de porc, 2-3 cepe, 150 g untură, 2-3 ouă, 1 lingură de bulion, cîteva roșii, sare, piper, 100 g făină, 100 g pesmet, 100 g smîntînă.

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, în loc de vinete folosindu-se varză. Aceasta se taie în felii groase cam de 1 cm, care se dau prin făină, ou și pesmet și se prăjesc în untură. Se unge o tavă cu untură, se presară cu pesmet, se așază un strat de felii de varză, apoi un strat de carne tocată, după care din nou un strat de varză și așa mai departe pînă ce se așază toată cantitatea de varză și de carne, avînd grijă ca ultimul strat să fie de varză. Se nivelează și deasupra se toarnă compoziția preparată din ou bătut, bulion, restul de făină și smîntînă, toate amestecate bine. Se introduce tava în cuptor, iar cînd musacaua este aproape gata se așază deasupra un strat de felii de roșii și se mai ține în cuptor pînă ce și roșiile se rumenesc pe deasupra.

13.4 SPECIALITĂȚI DIN CARNE DE VACĂ ȘI DE PORC

Specialitățile din *carne de vacă* sînt: mușchiul de vacă, antricotul, vrăbioara și carnea din partea pulpei (capacul), iar cele din *carne de porc* sînt: mușchiul, mușchiuleții, cotletul și carnea macră de la pulpă. Aceste părți de carne sînt cele mai fragede. Ele se pot prepara simplu la grătar

sau la tigaie, fripte în cuptor sau înăbușite. Cele mai simple și sănătoase preparate sînt cele fripte la grătar în momentul servirii. Carnea friptă la grătar poate fi consumată atît de persoanele cu regim alimentar cît și de cele care doresc să slăbească.

1147. **Grătar (rețetă generală)**

Specialitățile de carne fripte la grătar sînt mai fragede decît cele fripte la cuptor, dar cele fripte la grătar trebuie servite imediat ce sînt luate de pe grătar, punîndu-se pe o farfurie sau pe un platou bine încălzit, altfel friptura se răcește și se întărește.

Carnea se curăță de pieliță și de vine și, în loc să se spele cu apă, se curăță cu lama unui cuțit răzîndu-se suprafața. Carnea, tăiată în felii nu prea groase, se frige; nu se bate cu ciocanul de carne pentru aplatizare, se poate bate doar de 2—3 ori cu pumnul; (bătînd cu ciocanul se strivesc țesuturile cărnii care lasă să se scurgă sucul din ea, din care cauză friptura iese seacă, uscată și fără gust). La fel se întîmplă și dacă carnea se sărează din timp. Dacă se frige carnea pe grătar încins cu cărbuni de lemn, aceștia trebuie să fie bine arși, ca să nu mai emane fum; se așază grătarul bine curățat de arsuri deasupra cărbunilor și după ce s-a încins bine se șterge pe uscat, iar carnea, dacă este slabă, se unge ușor cu ulei, se așază pe grătar și se lasă să se frigă 8—10 min pe o parte și nu se întoarce pe cealaltă parte pînă nu se va forma o crustă puțin rumenă pe partea de dedesubt (aceasta va împiedica scurgerea sucului din friptură). Apoi friptura se întoarce pe partea cealaltă și se sărează puțin (această sărare pe partea de deasupra se face ca sucul din friptură să nu se scurgă pînă ce va frige carnea complet). Cînd este gata, friptura nu se ține pe grătar fiindcă se usucă; ea trebuie servită imediat, altfel se întărește, pierde din suc, savoare și aromă. Se servește cu diferite garnituri de legume, murături, salate. Fripturile slabe sau cele de vacă se ung cu unt sau pe feliile de friptură se pune cîte o bucată de 20—30 g unt condimentat (v.rețeta 1163).

Grătarul cu cărbuni poate fi înlocuit cu grătare speciale care se încing pe aragaz sau pe orice altă sursă de căldură. Aceste grătare trebuie spălate bine după fiecare întrebuințare, altfel ele se încarcă cu arsură și înnegresc friptura următoare.

Specialități ca: ceafă afumată, mușchi, mușchi file, cîrnați afumați, șuncă sau ciolane afumate se fierb; după preferință, acestea se pot prăji dar trebuie tăiate în felii cam de 2—3 mm grosime și fripte repede, altfel se usucă.

1148. **Friptură înăbușită (rețetă generală)**

Carnea se taie în bucăți potrivite sau în felii (nu se sărează), se așază într-o cratiță cu puțină grăsime bine înfierbîntată și se lasă pe foc potrivit pînă începe să prindă crustă, apoi se întoarce pe toate părțile ca să prindă crusta respectivă. Această crustă se formează prin coalgularea substanțelor albuminoide și nu permite scurgerea sucului din carne. După ce carnea s-a rumenit puțin, se adaugă 1/2 pahar de apă caldă, se acoperă cu un capac și se continuă înăbușirea pînă ce carnea este aproape gata. Între timp, se mai adaugă din cînd în cînd cîte puțină apă caldă, ca să nu se ardă grăsimea și totodată să confere frăgezime cărnii, apoi aceasta se întoarce. Se presară cu sare și se adaugă cîteva felii de legume, ceapă, boabe de piper, cimbru, o foaie de dafin și usturoi, după gust. Se mai continuă înăbușirea cărnii pînă se constată că aceasta este bine făcută,

fragedă şi suculentă. La urmă, dacă dorim, sau dacă friptura nu s-a rumenit frumos, aceasta se poate introduce în cuptor (fără capac) şi se ţine pînă se rumeneşte după dorinţă, apoi se scoate din cratiţă, iar sosul format de la friptură se poate pregăti pe loc; după dorinţă, în sos se pot adăuga cîteva roşii zdrobite sau o lingură de bulion, 1/2 lingură de făină, se amestecă cîteva minute pe foc, după care se stinge cu vin, cu supă sau cu apă caldă, atît cît să se formeze un sos potrivit de consistent (de gros). După 2—3 clocote sosul se strecoară şi se serveşte la friptură.

De reţinut. Carnea de vită şi de pasăre bătrînă se frige mai bine prin înăbuşire decît prin frigere la cuptor.

1149. **Carne la tigaie (reţetă de bază)**

La tigaie se prăjeşte carnea macră. Aceasta se taie în bucăţi mărunte sau în felii subţiri, transversal pe direcţia fibrelor, se pune în tigaie cu puţină grăsime (un strat de circa 1 mm) bine înfierbîntată. Se prăjeşte în 10—20 min, după care se serveşte imediat; altfel, dacă se răceşte se întăreşte, iar dacă se mai ţine pe foc sau în tigaie la cald, carnea se întăreşte şi se înnegreşte.

1150. **Muşchi de vacă la tavă**

Muşchiul de vacă se curăţă de pieliţe, se presară puţin cu sare şi piper zdrobit şi se aşază într-o tavă cu puţină untură înfierbîntată; se ţine pe foc întorcîndu-se pînă se rumeneşte pe toate părţile. Se introduce apoi tava în cuptorul încins, unde se mai frige 15—20 min. Se poate frige muşchiul bine, sau se lasă puţin în sînge la mijloc (de culoare roz închis în interior). Dacă se doreşte ca muşchiul să fie fript mai bine, se mai prelungeşte frigerea în cuptor 5—10 min; între timp se poate: încerca prin înţepare cu un beţişor ascuţit stadiul frigerii; dacă sucul de pe beţişor nu mai este roşcat, înseamnă că muşchiul s-a fript şi nu trebuie să se mai ţină în cuptor fiindcă devine tare, pierzînd suculenţa şi savoarea. Se serveşte cu cartofi prăjiţi şi salată verde.

1151. **Muşchi de vacă în foitaj**

1 muşchi de vacă, 500 g aluat de foitaj, 200 g ciuperci, 1 ou.

Muşchiul de vacă se frige la fel ca în reţeta precedentă, dar în aşa fel ca să rămînă la mijloc de culoare roz. Se răceşte, apoi se înveleşte în foitajul pregătit din timp astfel: se întinde o foaie subţire de aluat puţin mai mare decît muşchiul, pe care se presară ciuperci (înăbuşite), apoi se pune muşchiul la mijloc şi se înveleşte în aşa fel ca marginile foii să se petreacă sub el. Se unge foaia pe deasupra cu ou şi se introduce în cuptor pînă se rumeneşte.

Se serveşte cald sau rece, de preferat însă cald.

1152. **Muşchi de vacă glasat**

600 g carne macră, 150 g costiţă afumată, 100 ml vin, 250 g arpagic, 200 g morcov, 1 ţelină, 2 cepe, 100 g mazăre, 1 lingură de gelatină (20-30 g), sare, piper, 1 foaie de dafin, ulei, 150 g şuncă.

Se ia o bucată de pulpă de vacă (capac) care se taie rotund, de forma muşchiului. Se împănează cu costiţă afumată, morcovi şi ţelină, se

sărează, se pune într-o cratiță cu puțin ulei și se prăjește înăbușit acoperită cu capac. După ce carnea s-a rumenit, se adaugă ceapa, morcovul, cîteva boabe de piper și se lasă să se înăbușe în continuare. Între timp, se adaugă cîte puțină apă sau supă de oase, iar cînd carnea este aproape gata se adaugă vinul, foaia de dafin și se mai continuă înăbușirea, fără să se ardă sosul care s-a format, pînă ce carnea este gata. Carnea se scoate din cratiță, se lasă să se răcească, apoi se taie în felii. Sosul se strecoară și se curăță de grăsime. Cu jumătate din sos se amestecă morcovul, mazărea călită, arpagicul înăbușit și șunca tăiată în formă de fidea. Se lasă totul să mai dea într-un clocot, apoi se răcește și se așază pe un platou; deasupra se pun felii de carne și cu restul de sos în care s-a introdus gelatina dizolvată în cîteva linguri de supă rece, după ce se mai dă într-un clocot și s-a răcit puțin, se glasează feliile de carne.

Se servește rece, după ce sosul s-a închegat bine.

1153. **Mușchi de vacă împănat cu costiță**

1 mușchi, 100-150 g costiță fără șorici, untură, sare, piper.

Mușchiul de vacă se curăță de pielițe, se sărează, se piperează, și se împănează cu fîșii subțiri de costiță. Se pune într-o tavă cu puțin ulei și se introduce în cuptorul încins. Între timp, mușchiul se întoarce, iar în tavă se toarnă cîteva linguri de vin. Se frige 20—30 min, în așa fel ca să rămînă la mijloc de culoare roz și să fie suculent. Se taie în felii și se servește cu cartofi prăjiți și sos pe deasupra.

1154. **Mușchi de vacă umplut**

1 mușchi de vacă, 200 g carne de porc, 200 g franzelă, 2-3 cepe, 100 g untură, 1-2 ouă, 1 legătură de verdeață, sare, piper, 500 g sos tomat subțire, 100 g smîntînă.

Mușchiul de vacă întreg se curăță de pielițe, apoi cu un cuțit cu vîrf ascuțit se scoate miezul mușchiului, care împreună cu carnea de porc se trece prin mașina de tocat. Separat, într-o cratiță cu untură se călește ceapa tăiată mărunt la care se adaugă carnea tocată și împreună se călesc 10—15 min, după care se răcesc și se trec din nou prin mașina de tocat cu sită deasă. Se adaugă miezul de franzelă înmuiată în apă și apoi bine scursă, verdeața tăiată mărunt, ouăle, sare și piper, după gust. Se amestecă bine și cu compoziția respectivă se umple mușchiul, apoi se coase și se așază într-o tavă cu puțină untură, se rumenește la cuptor întorcîndu-se pe toate părțile și se stinge cu sos tomat și cu smîntînă, lăsîndu-se să fiarbă timp de 30 min. La servire se scoate ața cu care a fost cusut, se taie în felii care se așază pe un platou, lîngă piure de cartofi fierbinte și cu sosul alături.

1155. **Mușchi de vacă umplut cu ficat**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, carnea de porc înlocuindu-se cu 300 g de ficat de porc.

1156. **Mușchi de vacă umplut cu ciuperci și orez**

1 mușchi de vacă, 200 g ciuperci, 150 g orez, 1-2 cepe, 100 g untură, sare, piper, 100 ml vin.

Mușchiul de vacă se curăță de pieliță și se scobește, scoțîndu-se miezul. Acesta se taie mărunt și se călește împreună cu ceapa tăiată mărunt, într-o cratiță cu untură pe foc, după care se adaugă orezul fiert separat, ciupercile călite, sare și piper, după gust. Se amestecă și cu compoziția respectivă se umple mușchiul, care se așază într-o tavă îngustă, se unge cu untură și se introduce în cuptor. În timpul frigerii, mușchiul se întoarce adăugîndu-se cîte 2—3 linguri de vin sau apă, după care se mai ține 30—35 min, la cuptor. Se servește cu garnitură de morcovi sote, mazăre și cartofi piure.

1157. **Mușchi de vacă cu ciuperci**

1 mușchi (700-800 g), 100 ml ulei, 300-500 g ciuperci, 100 ml vin, piper, sare, 1 legătură de pătrunjel verde.

Mușchiul, curățat de pieliță, se sărează și se pune într-o cratiță cu ulei la înăbușit. Se adaugă ciupercile curățate și tăiate subțire și se continuă fierberea 30—40 min, după care se stinge cu vin. La servire, mușchiul se taie în felii și se dă la masă cu orice garnitură și cu sos cu ciuperci (v. rețeta 177), pe deasupra. Se poate presăra deasupra și cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1158. **Mușchi de vacă umplut ca o ruladă**

1 mușchi întreg, 300 g carne de porc, 100 g șuncă, 100 g slănină afumată, 2 ouă, 2-3 morcovi, sare, piper, ulei.

Se curăță mușchiul de vacă de seu și de pieliță, se despică în lungime și se bate cu ciocanul de șnițele ca să se subțieze. Carnea de porc se trece de 2 ori prin mașina de tocat cu sită deasă, după care se adaugă sare, piper, 2 ouă și se amestecă bine. Compoziția respectivă se așază pe mușchiul întins, la mijloc se pun cîteva fîșii lungi de slănină, șuncă, morcov fiert, se rulează apoi mușchiul și se leagă ca salamul, cu ață groasă. Se pune într-o tavă cu puțin ulei și se prăjește pe toate părțile. După aceea se pune la fiert într-un vas spațios atît cît să intre mușchiul, se umple cu supă de oase sau cu apă, la care se mai adaugă zarzavat, sare și cîteva boabe de piper și se lasă să fiarbă lent 50—60 min. Mușchiul se lasă să stea încă 30—40 min în zeama în care a fiert.

Se servește tăiat în felii și cu diferite garnituri de legume.

1159. **Mușchi de vacă umplut cu ouă fierte**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, în loc de slănină și șuncă folosindu-se ouă fierte tari, care se taie în sferturi sau se pun întregi, la mijlocul mușchiului întins, împreună cu tocătura.

(Pentru siguranță, se poate coase marginea mușchiului și apoi se leagă pentru ca să nu iasă umplutura).

1160. **Mușchi de vacă la frigărule**

Se curăță mușchiul de vacă de seu și de pieliță, se sărează și se pune pe o frigăruie din lemn sau metal inoxidabil. Se unge cu puțin ulei și se așază pe grătar. Frigăruia se învîrte pînă ce mușchiul se rumenește, dar înăuntru să rămînă de culoare puțin roz.

1161. **Mușchi de porc împănat la frigare**

600 g mușchi de porc, 150 g slănină afumată, 1 căpățînă de usturoi, piper, sare, mălai.

Mușchiul de porc, de preferat mai subțire, se împănează cu șuvițe de slănină și cu usturoi, se sărează, se piperează și se dă prin mălai. Se pune pe frigare și se frige pe toate părțile pînă este gata. Pentru servire se taie în felii și se garnisește cu legume sotate sau cu varză călită.

1162. **Mușchi de vacă la grătar (Chateaubriand)**

Se curăță mușchiul de seu și pieliță, se sărează și întreg se frige pe grătar bine încins, întorcîndu-se ca să se rumenească pe toate părțile. Se controlează dacă este fript prin apăsare și cînd începe să se întărească este gata. În timpul frigerii, trebuie avut grijă ca mușchiul să rămînă la mijloc puțin roz.

Se tranșează la masă și se servește cu diverse garnituri și cu cîte o felie de unt condimentat (v. rețeta 1163).

1163. **Unt condimentat**

100 g unt, 1 lingură de pătrunjel verde tăiat mărunt, 1 lingură de zeamă de lămîie, piper, sare.

La untul moale se adaugă pătrunjel verde tăiat mărunt, zeamă de lămîie, sare și piper, după gust. Se amestecă, se face un sul și se pune la frigider ca să se întărească. În momentul servirii fripturilor de vită sau a celor slabe, se pune peste ele cîte o felie din acest unt care le conferă aromă și gust plăcut.

1164. **Biftec tartar**

500–600 g mușchi sau capac de vacă, 6 ouă, 5 g piper, 100 g unt, 300 g ceapă, 50 g verdeață tăiată mărunt, 1 linguriță boia de ardei, sare.

Mușchiul de vacă sau capacul curățat de pieliță se taie în bucăți și se trece prin mașina de tocat, apoi se amestecă cu o parte de sare și piper. Se formează porții rotunde cu cîte o gropiță în mijloc în care se pune cîte un gălbenuș crud. Se garnisește cu frunze de salată verde, ceapă tăiată mărunt, verdeață (pătrunjel verde), boia, sare, piper și cîte o felioară de unt. Se servește crud. După preferință, se poate servi și cu muștar.

1165. **Biftec cu ou**

1 mușchi de vacă, 6 ouă, untură sau ulei, sare, piper.

Mușchiul se curăță de seu și de pieliță, se taie în bucăți, apoi se lovește cu palma ușor fiecare bucată, dîndu-i-se o formă plat-rotundă, se sărează, se piperează și se frige la grătar sau la tigaie cu puțină untură. Separat se prăjesc ochiuri, se pun cîte unul deasupra fiecărui biftec, după care se garnisește cu cartofi prăjiți și cu legume, după gust.

1166. **Mușchi de porc și de vacă „Flora Bucovinei"**

1 bucată de mușchi de vacă și 1 bucată de mușchi de porc (cam de cîte 500 g fiecare), 100 g slănină afumată, 3–4 ouă, morcov, legume, untură, făină, bulion.

Ambele bucăți de mușchi se despică pe lungime și se bat puțin cu ciocanul de carne. Se sărează, se piperează, apoi pe fiecare se așază, în lungime, morcovi fierți, șuvițe de slănină afumată și la mijloc se pun ouăle fierte. Se rulează cît mai strîns ambele bucăți într-un sul și se leagă cu sfoară. Se așază într-o tavă, se ung pe deasupra cu untură și se introduc în cuptor unde se frig și se întorc din cînd în cînd pînă se vor rumeni pe toate părțile. După aceea se adaugă cîteva felii de ceapă și de legume și se continuă frigerea. Între timp, se stropește cu apă, pentru ca să nu se ardă sucul care se formează. Cînd se constată că este gata, friptura se scoate din tavă în alt vas, iar peste legume se presară o lingură de făină, se mai adaugă 30 g bulion sau 1 pahar de suc de roșii și se stinge cu supă de oase sau cu apă caldă. Se dă în cîteva clocote și se strecoară.

Friptura se servește caldă, tăiată în felii, cu garnitură de cartofi sau orez și cu sosul de la friptură. Acest preparat poate fi servit și rece.

1167. **Mușchi de vacă sau de porc cu sos picant**

600 g mușchi, 20 g untură, 50 g unt, 1 lingură de muștar, 100 ml vin, sare, piper, 1 linguriță de făină.

Mușchiul se taie în felii, se sărează, se presară cu piper și se pune într-o tigaie cu untură bine înfierbîntată, prăjindu-se pe foc iute pe ambele părți. După ce s-au rumenit, feliile de carne se scot într-o cratiță și se acoperă cu capac, iar în tigaie se presară făină, se stinge cu vin și cu 200 ml supă de oase sau apă, se pune și muștarul și se dă în 2—3 clocote, după care se strecoară sosul peste carne și se mai fierb împreună pînă ce carnea se face fragedă. Se servește cu cartofi și sosul preparat.

1168. **Mușchi de vacă cu sos de vin și macaroane**

600 g carne, 100 g untură, 100 g morcov, 2 cepe, 1 lingură de bulion, 1 căpățînă de usturoi, 300 g macaroane, 50 g unt, 100 ml vin, 60 g caşcaval, 1 lingură de făină, 1 foaie de dafin, 1 fir de cimbru, sare, piper.

Se ia o bucată de carne macră, se împănează cu șuvițe de morcov și cu feliuțe de usturoi, se sărează, se presară cu piper și se rumenește într-o tigaie cu untură încinsă. După ce carnea s-a rumenit se scoate în alt vas, iar în untura rămasă se presară făina, se adaugă ceapa tăiată felii, restul de morcovi și se călesc împreună, după care se adaugă bulion, se stinge cu apă caldă și se răstoarnă peste carne. Se mai adaugă cimbrul, foaia de dafin și se ține la fiert acoperit cu capac pînă carnea se face fragedă, după care se scoate din cratiță, se taie în felii și se pune într-o tavă sau altă cratiță. În cratița cu sos se adaugă vinul, se potrivește de sare și de lichid (dacă mai este nevoie se adaugă supă de oase sau apă caldă) și se mai dă în 2—3 clocote, după care sosul se strecoară peste carne. Se servește cu macaroane fierte stropite cu unt cald, presărate cu caşcaval ras pe deasupra și cu sos.

1169. **Mușchi de vacă vînătoresc cu găluște de franzelă**

1 mușchi de vacă sau 600 g carne macră, 100 g untură, 2-3 cepe, 200 g legume, 100 g slănină afumată, 1 lingură de muștar, 1 foaie de dafin, 1 lingură de făină, oțet, sare, piper.

Carnea se împănează cu slănină afumată, se sărează și se pune la prăjit într-o tigaie cu untură încinsă, rumenindu-se pe toate părțile, apoi

se scoate în alt vas. În untura rămasă se călesc ceapa și legumele tăiate felii, se adaugă făina și se mai călesc împreună. Cînd încep să se rumenească se sting cu oțet și cu supă de oase sau apă caldă, se adaugă muștar, foaie de dafin, carnea prăjită și se continuă fierberea pînă carnea devine fragedă. Se scoate carnea din sos, se răcește puțin, se taie în felii, se așază într-o cratiță și deasupra se strecoară sosul, pasînd bine ca să treacă toate componentele. Se servește cu ganitură de găluște de franzelă (Knedel) sau cu macaroane.

Pentru prepararea găluștelor de franzelă v. rețeta 1323.

1170. **Mușchiuleț de porc umplut**

600 g mușchiuleț de porc, 200 g ciuperci proaspete, 100 g cașcaval, 25 g unt, 2 ouă, 1 lingură de făină, 300 g pesmet, sare, piper, ulei sau untură pentru prăjit.

Se despică mușchiuleții în două, se subțiază prin batere cu ciocanul de șnițele, se presară cu sare și piper, cu cașcaval ras și cu ciupercile călite. Se rulează, se trec prin făină, ouă bătute și prin pesmet, după care se prăjesc într-o tigaie cu untură multă, pe foc moderat. Cînd s-au rumenit pe ambele părți sînt gata. Se servesc cu diverse garnituri și cu unt fierbinte stropit pe deasupra.

1171. **Cotlet umplut**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, tăindu-se cotletul în porții și apoi în două, ca o tabacheră, după care se bate subțiindu-se și se umple ca și mușchiuleții.

1172. **Antricot de vacă la grătar**

1 kg antricot, sare, 100 g unt.

Antricoatele tăiate se bat foarte puțin, se sărează în momentul frigerii și numai pe partea de deasupra, iar cînd s-au fript pe o parte se întorc și se sărează și pe partea cealaltă. Antricoatele se pun la fript pe grătar bine încins ca să se frigă repede pe ambele părți. Pot să rămînă puțin în sînge. Se servesc imediat, cu diferite garnituri și cu cîte o felioară de unt condimentat sau proaspăt dat prin pătrunjel tăiat foarte mărunt, care se pune deasupra.

1173. **Cotlet de porc la grătar**

1 kg sau 6 bucăți de cotlet se bat de 2—3 ori ușor, se sărează și se pun la fript pe grătar bine încins, care se șterge cu o hîrtie dată prin untură, în momentul în care se pune cotletul pe grătar. Se frige pe o parte, pînă capătă dungile rumene de grătar, apoi se întoarce și pe partea cealaltă.

Fripturile de porc la grătar trebuie bine pătrunse, pe cînd specialitățile de vacă pot fi lăsate și în sînge.

Cotletele arată mai frumos și se frig mai repede dacă, înainte de a fi puse pe grătar, se scot oasele.

1174. **Mușchi de porc la grătar**

Mușchiul de porc se taie în felii și se pregătește la fel ca în rețeta precedentă.

1175. **Muşchiuleţ de porc la grătar**

Muşchiuleţul se despică în două, se bate puţin şi uşor, se sărează şi se pune la fript pe grătarul bine încins şi uns în momentul folosirii.

1176. **Friptură asortată (Mixt grills)**

400 g muşchi de vacă, 300 g muşchi de porc, 1 pui, 300 g ficat, 3 rinichi, 300 g creier, 300 g cîrnaţi de porc, 200 g costiţă afumată, 6-12 ciuperci proaspete, 6 roşii, sare, piper, cîteva frunze de salată verde.

Se taie carnea, măruntaiele, cîrnaţii şi costiţa în bucăţi egale, se sărează, se piperează şi se frig pe grătar. Creierul, după ce a fost curăţat, se împachetează într-o foaie de hîrtie unsă cu ulei şi apoi se pune pe grătar. Ciupercile se curăţă, se sărează, se presară cu piper, se stropesc cu ulei şi se frig tot pe grătar. Roşiile se frig pe grătar fie întregi, fie tăiate în două dacă sînt mai mari.

După ce s-au fript, se aranjează toate pe un platou, se pun deasupra roşiile şi ciupercile, iar peste muşchiul de vacă se poate pune cîte o bucăţică de unt proaspăt. Pentru un aspect mai plăcut, platoul se garnisește pe margine cu frunze de salată verde.

1177. **Medalion de muşchi de vacă sau de porc**

Pentru fiecare persoană se taie cîte o bucată de muşchi de vacă sau de porc, sub formă de felie rotundă, şi se frige la grătar sau la tigaie. Se servesc aşezate pe crutoane de franzelă prăjite în unt, iar peste fiecare medalion se pune şi cîte o felie de unt proaspăt dat prin verdeaţă tăiată mărunt. Alături se serveşte garnitură de diferite legume sau cartofi pai.

1178. **Turnedo**

Se prepară la fel ca medalionul şi tot de formă rotundă, pe, fiecare medalion punîndu-se cîte un ou preparat ochi. Se serveşte cu diferite garnituri şi cu sos picant.

1179. **Friptură la tavă, procedeu general**

Pentru fripturi se foloseşte carnea macră, iar dacă se taie în bucăţi, se caută ca acestea să fie la fel de groase.

Carnea se spală, se şterge, i se dă o formă lunguiaţă potrivit de groasă şi se sărează. (Unele fripturi se împănează cu usturoi, costiţă afumată şi legume.) Se pune la fript într-o tavă groasă, cu untură înfierbîntată, în cuptorul bine încins. Dacă cuptorul este slab, friptura mai mult fierbe, şi atunci scade şi se întăreşte.

Friptura la cuptor sau înăbuşită pe plită trebuie întoarsă fără să se înţepe (prin înţepare iese tot sucul din carne) şi stropită tot timpul; nu trebuie lăsat să scadă sucul (zeama); de cîte ori zeama scade se adaugă apă caldă ca să nu se ardă grăsimea din tavă. Pentru aceasta trebuie şi o tavă sau cratiţă potrivită, după mărimea bucăţii de carne, fără să rămînă spaţiu gol, altfel iese friptura amăruie. Spre sfîrşitul frigerii, ca să nu se piardă aroma, se adaugă legumele şi mirodeniile (ceapă, morcov, ţelină, albitură, usturoi, piper boabe, foi de dafin şi cimbru). Dacă se frige carnea în condiţii bune, sosul rămas (jiul) în tavă conţine atît gustul şi sucul cărnii cît şi al legumelor adăugate în el.

Cînd friptura este gata se scoate din tavă, iar tava se pune pe plită să mai scadă lichidul, dacă eventual este prea mult; dacă lichidul a scăzut, atunci se adaugă 1—2 pahare de supă de oase sau apă caldă și, după gust, 1 pahar de vin. Se lasă să dea în cîteva clocote, după care sosul se strecoară pasînd și legumele în sos (se dau prin sită legumele împreună cu sosul). Acest sos se servește cu friptura și se toarnă peste ganituri: piure de cartofi, orez, macaroane etc., dînd acestora un gust excelent.

1180. **Friptură de porc la tavă**

1 kg carne de porc, 1 lingură de untură, 1 morcov, 1 ceapă, cîteva boabe de piper, 1/2 căpățînă de usturoi, sare.

Carnea macră, din pulpă sau spată, se sărează puțin și se pune la fript într-o tavă cu untură și puțină apă în cuptorul bine încins. Cînd carnea s-a rumenit se întoarce, iar după 30 min se adaugă morcovul, ceapa tăiată subțire, usturoi și boabe de piper. Între timp se întoarce friptura, iar dacă scade sucul de carne, se adaugă din cînd în cînd cîte puțină apă, stropindu-se friptura cu acest suc (jiu) din tavă. Friptura este gata cînd s-a rumenit pe ambele părți; dacă totuși se consideră că nu este suficient de moale, se acoperă cu un capac sau cu o hîrtie albă unsă ca să nu se ardă, iar dacă sosul (sucul) este scăzut se mai adaugă apă și se continuă frigerea pînă ce friptura se frăgezește complet. Cînd este gata se scoate, iar sosul împreună cu legumele se strecoară prin sită pasîndu-se.

Friptura se taie în felii în momentul servirii, altfel se usucă. Se servește cu diferite garnituri ca: piure de cartofi, spanac, fasole, cartofi prăjiți, varză călită, soteuri de legume etc.

1181. **Cotlet de porc la tavă**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă.

1182. **Friptură de vacă la tavă**

Friptura de carne de vacă se poate prepara la fel ca friptura de porc (v. rețeta 1180), dar este mai practic să se prepare prin înăbușire, recomandîndu-se împănarea cu morcov, slănină afumată și usturoi.

1183. **Friptură de porc în cantități mai mari, pentru mese festive**

2-3-5 kg de carne, 100 g grăsime, cîteva cepe, 1 țelină, 1 morcov, 1 căpățînă de usturoi, cîteva boabe de piper, 1 foaie de dafin, 1 linguriță de boia, de chimen sau de cimbru, sare.

Bucățile de carne pot fi mari (cam de 1 kg) și cu oase. Carnea poate fi împănată cu slănină sau numai cu usturoi sau se poate frige simplă. Se pune într-o tavă, se adaugă toate componentele cuprinse în rețetă (ceapă, morcov, țelină — toate tăiate felii), se stropește cu ulei sau cu untură înfierbîntată, se adaugă cîteva linguri de apă, se acoperă cît mai bine (ermetic) și se introduce în cuptorul bine încins. Dacă nu se poate acoperi bine cu un capac, se prepară o foaie din cocă simplă care se aplică peste toată carnea și se lipește apoi de marginea tăvii, pentru ca friptura sub protecția ei să se rumenească fără să se ardă, păstrîndu-și aroma și suculența. După ce foaia de cocă s-a rumenit bine, se poate controla dacă și carnea este gata sau dacă mai trebuie adăugat lichid (apă sau supă). Carnea se

încearcă cu o furculiță; dacă carnea este friptă, furculița intră cu ușurință în ea. Dacă nu este gata se mai continuă frigerea, dar se micșorează treptat temperatura cuptorului.

Pentru a se putea tăia în felii egale, carnea trebuie să aibă o formă rotundă și de aceea se fasonează înainte de a se introduce în cuptor; se poate lega și cu o sfoară. Friptura se taie mai bine dacă se lasă să se răcească puțin și apoi se taie în felii transversal pe fibre. După ce se taie nu se mai ține la căldură mare, fiindcă se usucă. Fritura tăiată se ține acoperită, iar la servire se toarnă peste ea sosul strecurat și dat într-un clocot; garniturile sînt la alegere.

1184. **Friptură de piept de porc la tavă**

1,500 kg carne de porc (piept cu os), 60 g untură, 1 ceapă, usturoi, sare.

Carnea se taie în benzi de lungimea tăvii, late de 6—8 cm, se spală în apă rece, se scurge bine, se sărează și se pune într-o tavă cu untură încălzită. Se adaugă ceapă și usturoi și se introduce în cuptorul bine încins. După ce carnea s-a rumenit se adaugă cîteva linguri de apă, ca să nu se ardă legumele și untura. Pieptul fript se taie în bucăți și se servește cu diverse garnituri: piure de cartofi, de fasole, legume sotate sau cel mai potrivit cu varză călită și stropită cu sosul de la friptură.

1185. **Friptură de rasoluri de porc**

3 rasoluri de porc, 50 g untură, usturoi, cîmbru, sare.

Rasolurile se taie pe mijloc în două, dar nu de tot, ci atît ca să poată fi ușor împărțite la servire; se spală, se scurg bine, se sărează, se așază într-o tavă cu untură înfierbîntată bine și se frig în cuptorul încins. După ce s-au rumenit, se adaugă peste ele usturoi zdrobit, cimbru și cîteva linguri de apă și se acoperă cu foi de varză sau cu o coală de hîrtie unsă cu grăsime și se lasă să se mai frigă pînă se face carnea moale. Se servește cu fasole iahnie sau cu varză călită.

1186. **Rasoluri sau piept de porc afumat cu garnitură de fasole sau varză**

Rasolurile sau pieptul se pun mai întîi în apă călduță și după 1—2 ore se spală bine și se pun la fiert cu apă, pînă ce carnea este gata. Se pot fierbe și împreună cu varză sau cu fasole. Se servesc cu fasole iahnie sau cu varză călită în care la urmă se adaugă zeama de la fierberea acestora și se mai lasă să fiarbă 10—15 min împreună.

1187. **Friptură de porc marinată**

Carne cîtă este nevoie, iar pentru marinare sînt necesare următoarele componente (pentru 3 kg de carne): *1 l de apă, 1-2 cepe, 1 morcov, 1 țelină, 1 căpățînă de usturoi, 1-2 foi dafin, 1 fir de cimbru, cîteva boabe de ienibahar și de piper, oțet, sare.*

Legumele, după ce au fost curățate și spălate, se taie în felii subțiri și se pun la fiert în cantitatea de apă prevăzută, împreună cu toate componentele. Se fierb în vas acoperit, 10 min, la foc iute.

Între timp, carnea împănată cu slănină afumată și cu usturoi sau simplă, tăiată în bucăți de aproximativ 1 kg și de formă lunguiață, se leagă cu

sfoară şi se aşază într-un vas smălţuit peste care se toarnă marinată călduţă şi se ţine acoperită într-un vas răcoros pînă a doua zi (se poate ţine şi 2—3 zile). Cînd vrem s-o punem la fript, carnea se scoate din marinată, se şterge, se aşază într-o tavă cu puţină untură înfierbîntată şi se introduce în cuptorul bine încins. După ce s-a rumenit pe o parte se întoarce, se adaugă cîteva linguri de zeamă de marinată şi se frige în continuare. Dacă cuptorul arde prea tare, ca să nu se ardă friptura pe deasupra, se acoperă cu o coală de hîrtie unsă cu grăsime şi se mai frige pînă este gata, apoi se scoate în alt vas, iar în sosul din tavă se pot adăuga: 1 lingură de făină uscată la tigaie, 1 lingură de bulion sau 2—3 roşii, 1—2 ardei graşi, sau numai 1 lingură de muştar. Se stinge sosul cu zeamă de marinată sau cu apă; se poate adăuga şi 1 pahar de vin. Se lasă tava pe foc să fiarbă pînă scade sosul cît este nevoie, se strecoară şi se toarnă fierbinte peste carnea tăiată în felii, cînd se serveşte la masă.

1188. **Friptură de porc cu salată de cartofi**

Carnea se fasonează după dorinţă, se împănează cu usturoi, se leagă circular cu o sfoară, se sărează, se pune într-o tavă cu untură sau ulei şi se introduce în cuptorul bine încins. După ce s-a rumenit pe ambele părţi, se adaugă cîteva felii de ceapă, morcov, usturoi, ţelină, cîteva boabe de piper, 1 fir de cumbru, 1 foaie de dafin şi cîteva linguri de apă, lăsîndu-se să se frigă pînă se înmoaie carnea. Între timp, dacă scade lichidul în tavă, se mai adaugă din cînd în cînd cîte puţină apă. Cînd carnea este gata se scoate în alt vas, iar tava se pune pe plită la foc, ca să scadă lichidul dacă este prea subţire sau se mai stinge cu supă de oase sau cu apă caldă şi se adaugă, după gust, sare, oţet şi muştar şi după ce a dat în cîteva clocote se strecoară peste friptura tăiată în felii.

La anumite mese festive, această friptură se serveşte cu salată de cartofi cu ceapă marinată, pregătită astfel: la 1 kg de cartofi fierţi în coajă, se iau 2—3 cepe de mărime mijlocie, se taie cît mai subţire în felii, se sărează puţin, se toarnă peste ele 1/2 pahar de oţet fierbinte fiert în prealabil împreună cu o frunză mică de dafin, cîteva boabe de piper şi de ienibahar şi se acoperă ermetic. Cartofii se curăţă de coajă, se taie în felii subţiri la care se adaugă ceapa (care s-a marinat), sare, piper şi ulei după gust şi se amestecă.

La friptură se serveşte şi sos fierbinte cu salată rece.

1189. **Friptură de porc cu ciuperci**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, cu deosebirea că în sosul strecurat se adaugă din timp ciupercile înăbuşite separat şi se mai lasă să dea sosul în cîteva clocote. Se pot introduce feliile de friptură în sos sau acesta se răstoarnă peste friptura tăiată. Se serveşte cu pilaf de orez sau cu piure de cartofi.

1190. **Antricot de vacă (Rostbeef) cu ceapă la tigaie**

900 g antricot de vacă, 500 g ceapă, 30 g făină, 120 g untură, 2 g boia, 1 legătură de pătrunjel verde, sare, piper.

Se taie antricoatele în felii, se bat puţin, iar vinele şi pieliţele se crestează. Se sărează, se trec prin făină şi se pun la prăjit într-o tigaie cu untură încinsă. După ce s-au prăjit pe ambele părţi se scot în alt vas, iar în untura rămasă se călesţe ceapa tăiată foarte subţire. Se adaugă boaia de

ardei şi se stinge cu supă de oase sau cu apă caldă, se pun antricoatele în acest sos şi se fierb împreună 30—40 min. Se servesc cu garnitură de cartofi fierţi şi cu murături.

1191. **Vrăbioară de vacă cu ceapă la tigaie**

Se curăţă vrăbioarele de pieliţe şi se taie în felii de circa 150 g fiecare, care se bat cu ciocanul de carne, se sărează, se presară cu piper, se tăvălesc în făină şi se prăjesc în ulei încins. Cînd s-au rumenit, se scot în alt vas, iar în untura rămasă se călește ceapa tăiată foarte subţire, se adaugă 1/2 lingură de bulion şi se stinge cu supă de oase sau cu apă caldă. Se pun apoi vrăbioarele în acest sos de ceapă şi se mai fierb împreună 30—40 min. Se servesc cu piure de cartofi.

1192. **Vrăbioară cu sos de bere (carbonade de boeuf)**

900 g vrăbioare, 120 g untură, 1 lingură de făină, 30 g bulion, 400 g ceapă, 1 morcov, 1/2 căpăţînă de usturoi, 1 fir de cimbru, 300 ml bere, 1 lingură de oţet, 1/2 kg cartofi, 1 legătură de verdeaţă, sare, piper.

Se taie vrăbioarele felii, se bat bine, se sărează, se presară cu piper, se tăvălesc în făină şi se prăjesc în untură încinsă. Cînd s-au rumenit se scot în alt vas, iar în untura rămasă se călesc ceapa şi morcovii tăiate felii subţiri. După ce s-a prăjit totul puţin se mai adaugă usturoi tocat, bulion şi se stinge cu oţet şi supă de oase sau apă caldă. Se lasă să fiarbă 30—40 min, după care se mai adaugă cimbru, se potriveşte de sare şi se strecoară peste carne. Se adaugă berea şi se mai lasă să fiarbă pînă ce carnea este gata. Se serveşte cu cartofi natur presăraţi cu pătrunjel verde tocat mărunt.

1193. **Antricot de vacă cu ciuperci şi costiţă**

900 g antricot sau vrăbioară de vacă, 100 g untură, 300 g ciuperci proaspete, 2-3 cepe, 100 g costiţă, piper, 100 ml vin, 1 lingură de bulion, sare, 1 legătură de verdeaţă.

Antricotul se taie în bucăţi (porţii) care se bat, se sărează, se trec prin făină şi se prăjesc într-o tigaie cu untură. După ce s-au prăjit, antricoatele se scot, iar în untura rămasă se călește ceapa tăiată mărunt, la care se adaugă ciupercile curăţate şi tăiate cît mai subţire, costiţa, bulionul, vinul, şi puţină apă. Se lasă să fiarbă toate împreună 10 min, după care se adaugă antricoatele. Se potriveşte de sare şi se lasă să mai fiarbă pînă se face carnea fragedă. Se serveşte cu garnitură de cartofi natur şi presăraţi cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1194. **Antricot de vacă cu legume şi smîntînă**

900 g antricot (6 felii), 100 g untură, 200 g morcov, 200 g ceapă, 150 g fasole verde, 100 g mazăre, 500 g cartofi, 1 legătură de pătrunjel verde, sare, 200 g smîntînă.

Antricoatele se prepară la fel ca în reţeta precedentă, fără să se mai adauge costiţa şi ciupercile. Carnea se înăbuşă în sosul cu ceapă şi se serveşte cu legume fierte fiecare separat; deasupra legumelor se presară pătrunjel verde tăiat mărunt, apoi se toarnă smîntîna.

1195. **Antricot de vacă umplut cu ciuperci**

6 bucăţi de antricot sau de vrăbioară a 150 g, 6 ouă, 50 g caşcaval, 200 g ciuperci proaspete, 1 legătură de verdeaţă, 50 g untură, 100 g unt, 100 ml vin, sare, piper.

Bucăţile (feliile) de antricot se bat pînă se întind şi se subţiază. Ciupercile se curăţă, se spală şi se călesc cu o parte din unt, apoi se adaugă sare, piper şi pătrunjel verde tăiat mărunt. Din ciupercile călite şi ouă, cu restul de unt, se fac cîteva omlete. Omleta se împarte egal pe fiecare bucată de antricot, care se rulează şi se leagă cu aţă groasă. Se aşază într-o tavă cu untură fierbinte şi se prăjesc întorcîndu-se pînă se rumenesc pe toate părţile, după care se sting cu vin şi se mai introduc în cuptorul încins, pentru 20—30 min, apoi se scot din cuptor şi se ţin la cald pînă la servire. Se servesc cu pilaf de orez şi cu sos tomat; pilaful se presară cu caşcaval ras.

1196. **Vrăbioară cu ciuperci**

6 felii de vrăbioară, 300 g ciuperci, 100 g untură, 2-3 cepe, 1 legătură de pătrunjel verde, 100 ml vin, 1 lingură de făină, sare, piper.

Feliile (bucăţile) de vrăbioară se bat puţin, se trec prin făină şi se prăjesc în untură bine înfierbîntată, după care se scot în alt vas. În untura rămasă se călesc ceapa tăiată mărunt şi ciupercile tăiate felii subţiri, apoi se răstoarnă peste carne. Se adaugă vin, apă, verdeaţa tăiată mărunt, sare şi piper, după gust, şi se lasă să mai fiarbă împreună 20—30 min.

Se serveşte cu garnitură de orez sau cu cartofi fierţi natur şi presăraţi cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1197. **Vrăbioară de vacă cu fasole verde**

6 felii de vrăbioară, 100 g untură, 1 kg fasole verde, 100 g ceapă, 1/2 căpăţînă de usturoi, 50 g făină, 50 g bulion, 1 legătură de mărar, sare, piper.

Feliile de carne se bat, se sărează, se presară cu piper, se trec prin făină şi se pun la prăjit într-o tigaie cu untură bine încălzită. După ce carnea s-a prăjit se scoate în alt vas, iar în untura rămasă în tigaie se pune la călit ceapa tăiată mărunt; cînd aceasta s-a prăjit puţin se adaugă usturoiul tocat, restul de făină, bulionul şi se stinge cu supă de oase sau cu apă caldă, lăsîndu-se să fiarbă 20—30 min, apoi se strecoară peste carnea prăjită şi se mai fierb împreună pînă carnea este gata. Atunci, se adaugă fasolea fiartă separat sau din conservă (scursă de apă), mărarul tăiat mărunt, se potriveşte de sare şi se mai dă în cîteva clocote. După preferinţă, se pot adăuga cîteva roşii curăţate de pieliţă şi de seminţe, iar la servire se poate pune peste fiecare porţie cîte o lingură de smîntînă.

1198. **Vrăbioară cu spanac**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, în loc de fasole verde adăugîndu-se, la carnea prăjită şi apoi bine înăbuşită, spanacul opărit şi tăiat mare, după care se potriveşte la gust cu zeamă de lămîie sau cu oţet. Această mîncare se poate servi şi cu garnitură de orez sau cu cartofi fierţi natur.

1199. **Medalion de porc cu sos picant**

800 g mușchi de porc, 60 g untură, 1 lingură de muștar, 2-3 castraveți murați, sare, piper, franzelă, 50 g unt.

Mușchiul de porc se taie în felii, care se bat puțin cu ciocanul de șnițele, se sărează, se dau prin făină și se rumenesc într-o tigaie cu untură. Se scot apoi într-un vas cu capac, se adaugă 1/2 pahar de apă caldă și se înăbușă pe foc cît mai domol. În untura rămasă se adaugă restul de făină, muștarul și se stinge cu 1 pahar de apă sau cu supă de oase; se lasă să dea în cîteva clocote și se răstoarnă peste carne. Între timp, se curăță castraveții de coajă și de semințe, se taie foarte mărunt și se adaugă la carne. Se potrivește de sare și de piper și se mai înăbușă pînă ce carnea va fi fragedă. Franzela se curăță de coajă, se taie în felii groase de 2 cm și se prăjește într-o tigaie cu unt. La servire, feliile de franzelă se pun pe un platou, peste ele se așază medalionele, iar deasupra se toarnă sosul.

1200. **Medalion de porc cu ciuperci**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, înlocuindu-se castraveții cu 200—300 g ciuperci proaspete călite în unt. Cînd mîncarea este gata se mai adaugă 100 g smîntînă și o lingură de pătrunjel verde tăiat mărunt. Se servește cu garnitură de orez sau cartofi fierți natur.

1201. **Escalop natur**

900 g carne pulpă sau mușchi de porc, 30 g făină, 100 g untură, 1/2 pahar de vin, 50 g unt, piper, sare.

Carnea se taie în felii de circa 70 g fiecare, care se bat foarte puțin, se sărează, se presară cu piper, se trec prin făină și se prăjesc în untură încinsă. Cînd s-au rumenit pe ambele părți, se scot în alt vas, iar în untura rămasă se adaugă restul de făină și se stinge cu vin. Se potrivește de sare, se mai adaugă cîteva linguri de supă sau de apă caldă, se răstoarnă peste escalop și se mai fierb împreună 15—20 min. Dacă este încă tare, se mai adaugă puțină supă sau apă și se înăbușă pînă se înmoaie escalopul.

Se servește cu garnitură de cartofi, orez, sau cu soteuri de legume.

1202. **Escalop cu sos de ciuperci**

Se pregătește la fel ca în rețeta precedentă, adăugîndu-se 300 g ciuperci călite.

1203. **Escalop portughez**

Se pregătește la fel ca escalopul natur (v. rețeta 1201), iar pentru 500 g (5—6 porții) sos portughez sînt necesare: *4-5 roșii mari, 1 căpățînă de usturoi, 50 g unt, 1/2 pahar supă de oase, 100-200 ml vin, piper, pătrunjel verde, sare.*

Se aleg roșii mari cărnoase, se opăresc în apă clocotită ca să se ia pielița și să se scurgă zeama, se curăță de semințe, se călesc în unt, în care s-a pus o linguriță de usturoi tocat și împreună se prăjesc 10 min, apoi se adaugă vinul, piperul, sare, supă sau apă (cît este nevoie) și se mai lasă să dea în cîteva clocote, după care se răstoarnă peste escalop și împreună se mai fierb 5—6 min.

Se servește cu cartofi fierți natur.

1204. **Escalop cu sos de lămîie**

600-800 g carne, 50 g făină, 50 ml ulei, 50 g unt, 100 g smîntînă, sare, piper, 1 lămîie.

Se taie carnea din pulpă sau mușchi de porc în felii, care se bat, se sărează, se dau prin făină și se prăjesc în ulei. Cînd sînt gata se scot în alt vas, iar în vasul în care s-au prăjit se adaugă unt, restul de făină, se amestecă pînă se omogenizează, se stinge cu smîntnă și cu atîta apă sau supă cît să iasă sosul potrivit. Se adaugă sare și zeamă de lămîie, după gust, se toarnă peste carne și se mai înăbușă pînă se înmoaie escalopul. Se servește cu cartofi natur presărați cu verdeață.

1205. **Rulouri din mușchi de porc cu șuncă și orez**

600 g carne (mușchi sau pulpă de porc), 150 g șuncă, 100 g orez, 100 g untură, 2 ouă, pătrunjel verde, piper.
Pentru sos: *50 g unt, 50 g făină, 100 g smîntînă.*

Carnea se taie în felii care se bat și se sărează. Între timp, se taie șunca în cubulețe mici și se pune la prăjit într-o cratiță cu untură. După ce s-a prăjit puțin se adaugă orezul ales, spălat și scurs de apă, amestecîndu-se de la început fără întrerupere 5—6 min pe foc potrivit, apoi se stinge cu 300 ml apă sau supă de oase, se potrivește de sare, se acoperă cu un capac și se lasă pe foc domol 15—20 min, după care orezul se răstoarnă într-un vas, se lasă să se răcească și se adaugă ouăle, pătrunjelul verde tăiat mărunt, piper și se amestecă bine. Cu această compoziție se umplu feliile de carne, apoi se rulează și se prind cu scobitori sau se leagă cu ață. Rulourile pregătite se așază într-o tavă unsă cu untură și se introduc în cuptor. Între timp, într-o cratiță se pune la topit untul, peste care se toarnă făina care se călește 3—4 min pe foc foarte moale, se stinge cu supă sau cu apă călduță și smîntînă și, după ce a dat în cîteva clocote, se strecoară sosul peste rulouri, apoi se mai lasă să fiarbă împreună 30 min. Se servesc cu garnitură de cartofi sau de orez sau cu soteuri de legume.

1206. **Rulouri din carne din pulpă cu ciuperci**

1 kg carne din pulpă de porc, 300 g ciuperci proaspete, 50 g făină, 100 g smîntînă, 100 g untură, 1 legătură de pătrunjel verde, sare, piper, 150 g ceapă, 50 g unt.

Carnea se taie în felii late care se bat ca să se subțieze cît mai bine, după care peste ele se pun ciuperci preparate astfel: ceapa tăiată mărunt se călește într-o cratiță cu untură, apoi se adaugă ciupercile tăiate felioare și se călesc împreună pînă scade lichidul lăsat de ciuperci. Se adaugă pătrunjel tăiat mărunt, piper, sare, după gust, se amestecă, după care se pun, repartizîndu-se, pe fiecare felie de carne. Acestea se rulează prinzîndu-se cu scobitori, se așază în tavă, se ung cu grăsime și se introduc în cuptor pînă se rumenesc. Între timp, se prepară din făină, unt și smîntînă un sos alb care se toarnă peste rulourile din cuptor, lăsîndu-se să mai fiarbă împreună 10—20 min. Cînd rulourile sînt gata, se scot scobitorile. Se servesc cu garnitură de orez. Pentru pregătirea sosului v. rețeta 174.

1207. **Rulouri din carne de porc cu franzelă**

6 felii de carne din pulpă de porc (a 150 g felia), 250 g franzelă, 2 ouă, 1-2 linguri de pătrunjel tăiat mărunt, 250 ml lapte, 100 g ceapă, 100 g untură, 1 lingură de bulion, piper, sare, 1/2 pahar de vin, 50 g făină.

Se sărează feliile de carne și se bat cu ciocanul de șnițele. Între timp, se curăță franzela de coajă, se taie în felii și se înmoaie în lapte, apoi se adaugă ouă, piper, sare, pătrunjelul tăiat mărunt, se amestecă și cu compoziția respectivă se umplu feliile de carne, se rulează și se prind cu scobitori. Se prăjesc cît să se rumenească pe deasupra, apoi se scot într-o tavă de mărime potrivită și se mai înăbușă cu puțină supă la cuptor, pînă se prepară sosul. În untura rămasă în vasul în care s-au prăjit rulourile se adaugă ceapa tăiată subțire și se călește 5—6 min, după care se adaugă făina și se călește în continuare amestecîndu-se pînă se îngălbenește puțin, se adaugă bulionul, se stinge cu 2—3 pahare (polonice) de supă de oase sau apă și se lasă să mai fiarbă 10—20 min. Se strecoară sosul peste rulouri și se mai lasă să fiarbă 20—30 min împreună. În acest interval de fierbere se adaugă vinul și se potrivește de sare. Cînd sînt gata se scot scobitorile.

1208. **Rulouri din carne de porc cu ficăței de pasăre sau ficat de porc**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebire că la compoziția de umplutură se mai adaugă ficăței de pasăre sau ficat de porc, tăiat în bucăți mici și călit puțin în untură (înăbușit ușor).

1209. **Ruladă din piept de porc**

1-2 kg carne piept de porc, piper pisat, usturoi, 50 g bulion, 50 g untură, 1-2 cepe, 1 morcov, sare.

La pieptul de porc se scot coastele, se bate carnea cu ciocanul de șnițele, se sărează, apoi se freacă cu usturoi pisat, se presară cu piper și se rulează strîns. Se leagă circular cu o sfoară, se așază într-o tavă cu untură încălzită și se introduce în cuptorul bine încins. După ce ruladă s-a rumenit puțin pe toate părțile, se adaugă în tavă ceapa și morcovul tăiate în felii, adăugîndu-se din cînd în cînd puțină apă, iar ruladă se stropește cu grăsime din tavă. Cînd friptura este gata, se scoate, iar în tavă se adaugă bulion, se stinge cu apă și se mai dă în cîteva clocote, după care sosul se strecoară. Se dezleagă sfoara, iar friptura se taie în felii și se servește cu diverse garnituri: cartofi piure, fasole iahnie sau varză călită.

1210. **Frigărui din carne de porc**

Carnea macră sau din piept de porc se taie în pătrățele egale care se sărează, se presară cu piper și cimbru, se ung puțin cu ulei, se înfig pe frigărui de lemn și se frig pe grătarul bine încins. Se întorc pe toate părțile, pînă se rumenesc uniform. Se servesc cu pilaf de orez și cu diferite garnituri de legume.

1211. **Frigărui asortate din carne și organe**

Aceste frigărui se pot pregăti din ficat, bucăți de carne și intercalații de felii de ceapă, ardei gras, roșii, toate presărate cu piper, sare, cimbru și înșirate pe frigărui din lemn sau din metal inoxidabil. Se pun pe grătar

bine încins și uns cu o bucată de seu sau slănină. Se întorc mereu în timpul frigerii și se ung cu o pană înmuiată în ulei.

1212. **Chebab**

Se taie carnea de porc sau de ovine în felii subțiri care se presară cu piper, sare și cimbru. Se pun într-un vas și se intercalează cu ceapă tăiată felii subțiri și ardei iute tăiat, se stropesc cu oțet sau cu vin vechi, după care se țin acoperite la rece 24 de ore să se marineze și să se frăgezească. Apoi bucățile de carne se scot, se pun bine îndesate pe frigărui și se frig pe toate părțile pe grătarul încins.

Jarul obținut din lemne de fag sau mangal, după ce s-a încins, se aranjează în două grămezi alungite după lungimea frigăruilor care se așază sprijinite pe o cărămidă, piatră sau crăcană, deasupra cărbunilor. Se rotește chebabul pînă se frige. Se servește cu pilaf de orez sau cu cartofi prăjiți.

1213. **Carne de porc la tigaie (sote)**

500-900 g carne macră, 30 g untură, 2-3 căței de usturoi, 1 ardei iute, sare, piper.

Carnea cea mai indicată pentru sote este mușchiul, mușchiulețul și pulpa. Se taie carnea în fîșii subțiri care se sărează și se pun la prăjit într-o tigaie cu ulei bine încins sau untură. Tigaia se ține pe foc iute să se rumenească carnea repede. Se adaugă usturoi tocat, ardei iute tăiat mărunt, sare și piper, după gust.

Se servește foarte fierbinte, cu cartofi natur sau cu mămăligă.

1214. **Sote din carne de vacă**

0,600-1 kg carne de vacă, 50 g untură, 1/2 pahar de vin, 1 ardei iute, 1 lingură de bulion, 1 fir de cimbru, sare.

Se folosește cap de mușchi sau pulpă fără vine și pieliță. Se taie carnea în fîșii subțiri, se sărează și se pune la prăjit într-o tigaie mare (ca să nu stea carnea grămadă), pe foc iute. Se poate adăuga la prăjit și ceapă tăiată mărunt. Cînd carnea începe să se rumenească, se adaugă ceapa și usturoiul tăiate mărunt, ardei și bulion, se stinge cu vin, se adaugă cimbru și sare și se mai sotează 5—6 min pe foc iute.

Dacă carnea este tare, se adaugă supă sau apă caldă și se fierbe înăbușit, pe foc potrivit, pînă se înmoaie bine carnea. Se servește cu cartofi fierți. Atît carnea cît și cartofii trebuie să fie foarte fierbinți.

1215. **Tochitură moldovenească**

Carnea macră de la ceafă, din fleică sau din pulpă învăscută cu slănină se taie în bucăți cît o nucă mijlocie,se sărează puțin și se pune la prăjit în untură încinsă. Cînd carnea s-a rumenit se mai adaugă bucăți de ficat, un păhărel de vin și se mai prăjește circa 10 min pentru formarea sosului și uniformizarea gustului. Tochitura moldovenească se servește cu mămăliguță caldă, murături, brînză de burduf și ardei iute.

1216. **Tochitură muntenească**

900 g carne de porc macră, 50 ml ulei, 1/2 pahar de apă, usturoi, sare și piper, după gust.

Se taie carnea în bucăţi şi se pune la prăjit într-o tigaie cu ulei bine încins. După ce carnea s-a prăjit puţin, adică a început să se rumenească, se stinge cu cîteva linguri de supă sau apă călduţă, se potriveşte la gust cu piper pisat, sare, usturoi tocat mărunt şi se mai lasă încă 10—15 min să mai fiarbă. Cine doreşte poate să mai adauge 1 lingură de bulion, 1 crenguţă de cimbru, 1 ardei iute tocat mărunt şi, după gust, vin. Se serveşte cu mămăliguţă fierbinte şi murături.

1217. **Tochitură asortată din organe cu afumături**

Se pregăteşte la fel ca în reţeta precedentă, cu deosebirea că în afară de carne se mai adaugă ficat, rinichi, cîrnăciori, costiţă afumată etc., toate tăiate mărunt. Se iau din toate acestea cantităţi potrivite, în aşa fel ca fiecare porţie să aibă circa 200 g în total.

Se prăjesc pe rînd, întîi carnea, apoi cîrnăciorii, ficatul şi rinichii, adăugîndu-se la urmă cînd celelalte sînt aproape gata.

1218. **Tochitură suceveană**

500 g carne de porc (ceafă), 200 g cîrnaţi de porc afumaţi, 100 g ficat, 200 g brînză de oi, 6 ouă, 100 g untură, piper, sare, mălai.

Carnea, ficatul şi cîrnaţii se taie în cuburi şi se pun într-o tigaie cu o parte din untură înfierbîntată şi se prăjesc pe foc iute pînă se rumenesc. Se stinge apoi cu cîteva linguri de apă clocotită, se acoperă şi se mai lasă să fiarbă 10 min. Între timp, cu restul de untură se prăjesc ouăle ochiuri. Se serveşte pe un platou sau pe farfurie, adăugîndu-se cîte un ou ochi, brînză şi mămăliguţă.

1219. **Şniţel natur**

800 g pulpă, 100 ml ulei, 50 g făină, sare.

Pentru şniţele se foloseşte carne macră din pulpă de porc, viţel sau mînzat. Se taie carnea în felii care se curăţă de vine, se sărează, se bat, se trec prin făină şi se pun la prăjit într-o tigaie cu untură înfierbîntată. Se prăjesc pe ambele părţi. Cînd feliile s-au rumenit, se toarnă peste ele cîteva linguri de supă sau apă şi se înăbuşă pe plită 5—10 min. Se servesc cu diverse garnituri şi stropite cu unt proaspăt.

1220. **Şniţel pane**

600 g carne macră, 100 g untură, 2 ouă, 50 g făină, 150 g pesmet, piper, sare.

Carnea din pulpă se taie în felii care se bat pînă se subţiază, după care se presară cu sare şi cu piper pisat, se dau prin făină, ou bătut, pesmet alb şi se prăjesc în untură bine încinsă pe ambele părţi.

Se serveşte cu diferite legume sotate sau cu piureuri.

1221. **Şniţel parizian**

600 g carne macră, 3 ouă, 100 g făină, 100 g untură.

Se pregăteşte la fel ca în reţeta precedentă, fără însă a se mai trece carnea şi prin pesmet, ci numai prin făină şi ou.

1222. **Şniţel extra**

600 g muşchi de porc, 3 ouă, 50 g făină, 100 g pesmet, piper, sare, 50 g unt, 100 g untură, 100 g caşcaval ras.

Muşchiul se taie în felii care se bat pînă se subţiază, după care se sărează, se presară cu piper, se trec prin făină, ou bătut şi prin pesmet alb amestecat cu caşcaval ras, apoi se prăjesc pe ambele părţi în untură bine încinsă.

Se serveşte foarte cald, cu unt proaspăt deasupra şi cu diverse garnituri de piureuri şi legume sote.

1223. **Cotlet de porc sau de viţel pane**

600 g cotlet, 3 ouă, 50 g făină, 100 g pesmet, 100 g untură, piper, sare şi diverse garnituri, după dorinţă.

Se taie cotletul în felii cu cîte o coastă, dar fără şira spinării. Se bat uşor ca să se aplatizeze, se presară cu piper şi sare, se tăvălesc prin făină, ou bătut, pesmet alb şi se prăjesc pe ambele părţi în untură bine încinsă. (Se prăjesc încet ca să se pătrundă bine, circa 15—20 min, pe cînd şniţelele obişnuite se prăjesc numai 6—8 min). Se servesc cu diverse garnituri şi salate.

1224. **Cotlet de porc natur**

900 g cotlet, 50 g făină, 100 ml ulei, sare, piper.

Se taie cotletul în felii de cîte 120—160 g, care se bat bine, se sărează, se trec prin făină şi se rumenesc pe ambele părţi. Cînd s-au prăjit, se toarnă cîteva linguri de supă sau apă caldă şi se mai lasă pe plită să fiarbă înăbuşit 10—15 min.

Se servesc cu diverse garnituri de legume şi salate.

1225. **Cotlet de porc cu ciuperci**

900 g carne, 400 g ciuperci proaspete sau 60 g uscate, 100 g untură, 50 g făină, 1-2 cepe, 100 ml vin, 50 g bulion, 1 legătură de pătrunjel verde, sare, piper.

Se taie cotletul (care poate să fie şi de viţel) în felii care se bat, se sărează, se trec prin făină şi se prăjesc pe ambele părţi în untură încinsă, după care se scot în alt vas. În untura rămasă se căleşte puţin ceapa, se adaugă ciupercile tăiate felii; după ce s-au călit se adaugă piper, bulion, se stinge cu vin şi se toarnă peste cotletele prăjite. Se mai fierb împreună 10—20 min şi dacă scad se mai adaugă supă sau puţină apă. Mîncarea gata trebuie să aibă sos suficient şi legat potrivit.

Se serveşte cu cartofi fierţi natur şi presăraţi cu pătrunjel verde tăiat mărunt, sau şi cu garnitură de orez.

1226. **Cotlet de porc sau de viţel cu sos picant**

600-900 g carne, 50 g făină, sare.

Pentru sos: *50 ml ulei sau untură, 1 ceapă, 1 lingură de făină, 100 ml suc de roşii sau 1 lingură de bulion, 1 linguriţă de muştar, 100-200 ml vin, sare, piper, cimbru, 1 foaie de dafin, 300 g castraveciori muraţi.*

Se pregătește cotletul ca în rețeta precedentă, după care se pune în sos picant pregătit astfel: ceapa se taie în felii subțiri și se călește în ulei, la care se adaugă făina și după ce s-au rumenit puțin se adaugă bulion sau suc de roșii și se stinge cu apă sau cu supă de oase (300—400 ml lichid) și cu vinul. Apoi se adaugă castraveciorii curățați de coajă și de semințe și tăiați mai mărunt decît boabele de piper sau rași pe răzătoarea mică. Se adaugă și mirodeniile, se potrivește de sare și se lasă să fiarbă 10—15 min. Dacă sosul este prea gros se diluează cu apă sau cu supă de oase și se mai dă într-un clocot, după care se strecoară peste bucățile de cotlet prăjite. Se servesc cu cartofi fierți natur, presărați cu pătrunjel verde pe deasupra.

1227. **Cotlet de porc cu sos portughez**

La cotletul preparat ca în rețeta precedentă, se mai adaugă, în loc de castraveciori, 500 g roșii curățate de pieliță și de semințe și se mai fierb împreună 5—6 min. După gust, se poate adăuga și o lingură rasă de usturoi tocat mărunt și foarte puțin călit în ulei. Se servește cu pilaf de orez sau cu cartofi.

1228. **Cotlet de porc în aspic**

5-6 cotlete, sare, ulei, aspic, castraveciori, gogoșari.

După ce i se scoate șira spinării, cotletul (garful) se sărează și se frige într-o tigaie cu puțin ulei și cîteva linguri de apă. După ce este gata și s-a răcit, se taie în felii care se aranjează pe un platou pe un postament de salată de legume sau de aspic tăiat în cubulețe. Se garnisește fiecare cotlet cu o felie subțire de castravecior, la mijlocul căruia se pune cîte un cerculeț de gogoșar roșu și peste ele se stropește cu aspic lichid și se pune la rece. După răcire se napează cu aspic toată suprafața cotletelor. Se servește ca aperitiv.

1229. **Piftie de porc**

Cap și picioare de porc, sare, usturoi, ceapă.

Căpățîna și picioarele de porc se pîrlesc, se rad bine de păr, se spală și se pun într-o oală cu apă la opărit. Cînd este aproape să dea în clocot, se ia vasul de pe foc, se scurge de apă și se umple cu apă rece, după care se spală atît carnea cît și oala. În același timp se mai controlează dacă au mai rămas locuri nerase bine de negreală sau de păr. După aceea se așează din nou picioarele și căpățîna într-o oală încăpătoare, care se umple cu apă și se pune la foc puternic să fiarbă, curățindu-se de spumă de cîte ori se formează, apoi se lasă să fiarbă încet cu capacul puțin dat la o parte, ca să aibă pe unde iești aburul, altfel zeama devine tulbure. (La 1 kg de carne se pun 1 l de apă). După ce a fiert 1—2 ore se adaugă sare, ceapă, 1 căpățînă de usturoi tăiată în două, 1 foaie de dafin și se lasă să fiarbă în continuare încet, pînă ce toată carnea se desprinde de pe oase. Se scoate apoi zeama și se lasă să se răcească puțin carnea fiartă, ca să se poată îndepărta oasele din carne. Zeama se strecoară, se degresează de grăsimea de deasupra și după ce s-a răcit puțin se potrivește de sare și, după gust, de usturoi pisat, apoi se strecoară. Carnea se împarte în farfurii adînci, în castronele sau în forme, iar deasupra se toarnă zeama și se lasă la rece să se închege.

De reținut: în timpul fierberii piftiei se ia din cînd în cînd cîte o lingură de zeamă și se pune la rece; dacă aceasta se încheagă (se leagă) bine se poate lua vasul de pe foc, iar dacă zeama nu se încheagă se lasă să mai fierbă pînă cînd proba este bună.

1230. **Cap de porc cu mujdei de usturoi**

1,5 - 2 kg cap de porc, hrean sau usturoi.

Se ia o bucată de cap de porc, se spală, se opărește și se pune la fiert ca pentru piftie. Se fierbe cu puțină apă cît să acopere carnea, care trebuie pusă într-un vas potrivit de spațios, astfel încît să nu rămînă în jurul cărnii prea multă apă. Se adaugă sare, se ia spuma și se fierbe pînă se desface carnea de pe oase. Se servește cald, cu hrean ras sau cu mujdei de usturoi.

1231. **Jumări de la topirea slăninii**

Slănina curățată de carne și șorici se taie în cubulețe egale cu latura de 2—3 cm, care se pun într-un vas emailat și se prăjesc la foc potrivit, amestecîndu-se continuu, pînă cînd jumările devin ușor rumene. Apoi, imediat se ia vasul de pe foc, se lasă 10—12 min, după care se strecoară untura, iar jumările se apasă puțin ca să se scurgă toată untura din ele, după aceea se sărează.

1232. **Pogaci cu jumări**

500 g făină, 300 g jumări, 2 ouă, 30 g drojdie, 150 ml lapte, piper, sare.

Se pune făina pe planșetă, în mijloc se toarnă laptele în care s-a înmuiat drojdia, se adaugă ouăle, piper, sare și jumările de porc date prin mașina de tocat. Se frămîntă totul bine și se lasă să se odihnească la căldură acoperindu-se cu un șervet.

După ce coca a crescut, se întinde o foaie, se împăturește în patru și se lasă 10—15 min pe planșetă să se odihnească.

Această operație se repetă de 3 ori, după care se întinde o foaie de 1,5 cm grosime și cu ajutorul unui pahar se decupează rondele care se crestează deasupra cu un cuțit. Acestea se așază într-o tavă unsă care se lasă la cald și după ce pogacile au mai crescut se ung cu ou bătut și se coc la foc potrivit.

13.5. PREPARATE TRADIȚIONALE DIN PORC

1233. **Tăierea porcului**

Este avantajoasă îndeosebi în cazul familiilor numeroase, întrucît cu această ocazie, în afară de carnea proaspătă, în condițiile de acasă pot fi obținute diferite feluri de preparate care pot fi păstrate timp mai îndelungat. În privința tăierii porcului acasă trebuie respectate următoarele indicații:

1) În primul rînd, porcul nu trebuie să fie bătrîn și să nu depășească greutatea de 100—120 kg; tot ce este peste această greutate constituie

slănină. Dintr-un porc de 100 kg se obțin 65—70 kg carne și numai 30—35 kg slănină.

2) Înainte de tăiere trebuie pregătite: vase potrivite, o masă sau o scîndură potrivită, cuțite bine ascuțite, mașină de tocat carne cu sită măruntă și mare, satîr (tocător), mașină de măcinat piper, spriț pentru cîrnați, pisălog pentru zdrobit usturoi etc., condimentele care se adaugă după gust: usturoi, piper, foi de dafin, sare, oțet, cimbru, ardei roșu (boia), coriandru, silitră și altele.

3) Cînd le avem pe toate la îndemînă și a fost stabilită ziua pentru tăiere, atunci, în preziua tăierii porcului nu trebuie să i se dea nici o hrană, ci numai apă călduță de băut, spre a i se curăța stomacul și maţele de resturile de hrană.

4) Tăierea porcului trebuie făcută de cineva care se pricepe. De obicei, aceasta o face măcelarul de profesie. El trebuie să se apuce de acest lucru în zorii zilei, pentru ca pînă la apusul soarelui toate operațiile (tăiere, tranșare, preparare etc.) să fie efectuate în cele mai bune condiții.

5) Porcul tăiat trebuie imediat agățat de picioarele de dinapoi și trebuie avut grijă ca tot sîngele să se scurgă într-un vas curat și să se adauge în el imediat o lingură de sare, după care se amestecă și se păstrează într-o încăpere răcoroasă pînă la întrebuințare. Apoi, după posibilitate, porcul va fi opărit sau pîrlit.

Dacă vrem să-l opărim, pentru aceasta ne trebuie multă apă fierbinte. Opărirea trebuie efectuată cît mai rapid și părul să fie răzuit contra înclinării lui pe corp. Uneori porcul poate fi întîi pîrlit și apoi opărit; în acest caz pielea devine mai fragedă și are un miros plăcut. Părul trebuie răzuit cu dosul cuțitului și foarte repede.

6) Burta porcului se despică de sus în jos, se înlătură maţele, scoțîndu-se cu mare atenție fierea (bila) și băsica. Maţele și stomacul se pun separat în apă rece. Splina nu trebuie pusă în apă, deoarece se înnegrește. Ficatul, plămînii, inima și limba trebuie spălate imediat și puse de o parte. După aceea, dacă au mai rămas urme de sînge, acestea trebuie spălate, iar carnea se șterge bine pe locul respectiv. Capul se taie detașîndu-se de corp, iar corpul se taie în două de-a lungul șirei spinării, apoi se îndepărtează slănina, iar picioarele se taie în așa fel ca șuncile din spate și din față să fie ovale și neciopîrțite. Din burtă se taie fîșii înguste de slănină cu costițe (de 5—6 cm lățime), care în lungime nu trebuie să depășească 25—30 cm. Pentru afumat, slănina se taie tot în fîșii de aceeași lățime (5—6 cm). Din mușchiul proaspăt pot fi preparate diferite mîncăruri sau acesta poate fi marinat sau fiert.

7) Pentru cîrnați se folosesc bucățile mici de carne. Pentru obținerea unei cantități mai mari de cîrnați, se poate adăuga și carne de vită. Cîrnații trebuie făcuți în ziua tăierii porcului. Din ficat, inimă, plămîni și limbă se prepară toba și tot cu ele se umplu maţele (cu pateu și altele).

Slănina se freacă cu sare, șuncile se marinează, iar picioarele și capul se păstrează într-o încăpere răcoroasă pentru a fi folosite la prepararea piftiei (răciturilor).

Carnea, încă în stare caldă, se freacă cu zahăr și usturoi zdrobit, ceea ce îi conferă frăgezime și aromă. După ce se răcește complet, ea se freacă cu sare și cu toate celelalte condimente după gust. Imediat după prelucrarea principală trebuie efectuată curățirea maţelor și a stomacului.

Spălarea maţelor și stomacului. Maţele și stomacul din porcul proaspăt tăiat se curăță de tot conținutul (după ce în prealabil a fost înlăturată grăsimea de pe maţe), apoi se întorc pe dos și se spală de cîteva ori în apă caldă, schimbîndu-se de fiecare dată apa. După aceea se întorc din

nou pe față și se răzuiesc ușor cu dosul cuțitului, repetîndu-se operația de întoarcere pe față și pe dos de cîteva ori, iar spre sfîrșit ele se spală în apă cu oțet, apoi se scutură de apă, se freacă cu sare pe dinăuntru și pe dinafară și se lasă pentru 20—30 min, după care se spală din nou în apă rece și curată. După spălare, mațele groase trebuie frecate cu ceapă tocată mărunt și sare și lăsate pantru 1 oră, după care se spală din nou în apă rece și se pun la păstrare pînă la folosire. Dacă dorim să păstrăm mațele timp mai îndelungat, atunci ele trebuie scoase din apă, șterse, sărate bine (cu sare multă) și puse în borcane.

Observație. Dacă mațele au fost bine spălate și curățate, ele nu vor avea miros neplăcut și preparatul din ele va fi de calitate bună. În caz că se ivește nevoia de a se procura mațe din comerț, care sînt în stare sărată sau uscată, acestea, înainte de întrebuințare, vor fi înmuiate bine în apă.

1234. **Topirea slăninii**

Slănina mai groasă și mai aspectoasă se pune la sărat sau la afumat, iar de pe restul de slănină se îndepărtează șoriciul și resturile de carne care uneori rămîn pe ea. Această slănină se taie în cubulețe de aceeași mărime pentru ca să se prăjească uniform, apoi se pune la topit într-un vas emailat curat, adăugîndu-se la 10 kg slănină 1 l de lapte dulce; se prăjește pe foc lent, amestecînd tot timpul cu lingura de lemn. Cînd bucățelele de slănină (jumările) încep să se îngălbenească, vasul se ridică imediat de pe foc, se lasă să se răcească puțin, apoi conținutul din el se trece prin strecurătoare într-un vas corespunzător pentru untură. Bucățelele de slănină care au rămas pe strecurătoare se storc cu lingura de lemn, apoi se sărează, iar vasul cu untură, după ce aceasta s-a răcit, se acoperă și se pune pentru conservare într-o încăpere răcoroasă.

1235. **Topirea grăsimii de pe mațe**

Grăsimea provenită de pe mațe trebuie ținută în prealabil cîteva ore în apă rece, care va fi schimbată de cîteva ori. După aceea se îndepărtează apa din grăsime, iar aceasta se pune la topit într-un vas emailat pe un foc lent, amestecîndu-se din timp în timp. Se adaugă 1—2 cepe tocate, pentru ca untura să capete un miros plăcut, iar după ce se va răci puțin se strecoară. Stratul superior de untură din vas se strecoară separat, iar restul de dedesubt, de culoare închisă, se strecoară și el separat și va fi folosit imediat, înaintea primului, întrucît dacă se păstrează mai multă vreme capătă un miros neplăcut.

1236. **Marinarea cărnii**

Marinata se prepară într-o cantitate care să fie suficientă pentru turnarea ei peste carnea pe care dorim să o marinăm. Aceasta se face în felul următor:

1) În primul rînd se pregătește carnea, separîndu-se de oase, unele oase fiind lăsate însă în carne (cazul șuncii).

2) Cînd o parte din carne este deja separată pentru afumare, aceasta, încă în stare caldă, se freacă cu zahăr și usturoi zdrobit, iar după ce se răcește se freacă cu sare în amestec cu silitră (la 1 kg carne se vor adăuga 40—50 g sare și 1 g silitră). Carnea se așază strîns în vas, bucată cu bucată, iar deasupra se presară cu boabe de piper, coriandru pisat, adăugîndu-se și cîteva foi de dafin și restul de sare. Vasul se acoperă cu

un fund de lemn, iar pe acesta se pune o piatră și se lasă pentru 2—3 zile într-o încăpere caldă ca să se dizolve sarea. În acest timp trebuie urmărit dacă sucul, care s-a format, acoperă bine carnea, iar dacă nu, carnea trebuie zilnic scoasă din vas și rearanjată bucată cu bucată, bucățile de la fund așezîndu-se deasupra, iar cele care au fost sus așezîndu-se la fund; în ziua următoare totul se face în ordine inversă. După trei zile carnea poate fi pusă într-o încăpere răcoroasă, avîndu-se grijă ca să nu înghețe, și la fiecare 2 zile se face regruparea bucăților de carne cum s-a arătat înainte.

3) Dacă se întîmplă să nu ajungă sucul să acopere carnea, atunci va trebui pregătită saramura în felul următor: la 1 l apă se pun 120—150 g sare, 3—4 g silitră, 2—3 foi de dafin, 5—10 boabe de piper, 1 căpățînă de usturoi, 100 g oțet, 2—3 cuișoare, 10 g zahăr, cîteva boabe de ienupăr; toate acestea se fierb într-un vas emailat. În timpul fierberii, care durează 30—40 min, cît și în timpul răcirii, vasul se ține acoperit ermetic. Cînd saramura se răcește, se toarnă peste carne, în așa fel ca ea să o acopere. Bucățile mai mici vor fi gata peste 8—12 zile, cele mari, în greutate de 3—4 kg peste 15—20 zile, iar șunca peste 20—30 zile.

1237. **Afumătorie**

Problema afumătoriei pentru gospodine, mai cu seamă în oraș, este destul de dificilă (dă multă bătaie de cap). De aceea carnea, șunca, cîrnații se vor afuma acolo unde această operație este posibilă. La țară, afumarea se face în podul casei, în coșuri, sau se sapă în curte o groapă adîncă de 30—40 cm destinată pentru facerea focului, iar la distanța de 1 m de afumătorie, între aceasta și groapă,se sapă un canal adînc de circa 30 cm și lat de circa 10—15 cm, care se acoperă cu o scîndură, iar peste aceasta se toarnă pămînt. Prin acest canal va trece fumul de la groapă spre afumătorie, răcindu-se pe parcurs; altfel, dacă fumul ar rămîne cald, el ar putea să ardă tot ce s-a pus la afumat în afumătorie.

Construcția afumătoriei se face în modul următor: la capătul canalului (șanțului) care duce de la foc spre afumătorie, se sapă încă o groapă, deasupra căreia se pune un butoi vechi sau o cutie făcută din scînduri și prevăzută cu drugi (aceasta înseamnă că înăuntrul butoiului sau cutiei de scînduri se vor fixa cîțiva drugi suspendați în așa fel, ca să se poată agăța de ei carnea pentru șunci etc.). Dar ar fi cel mai bine, dacă este posibil, să se zidească o afumătorie stabilă, care să fie folosită permanent. Este bine ca focul pentru afumare să fie făcut din lujeri de porumb sau din rumeguș, dar pentru aceasta este bună și coaja de stejar sau de fag; cel mai bun fum se obține însă din ramuri de viță de vie. Lemnul de brad sau așchiile de brad sînt contraindicate, întrucît dau un fum neplăcut, care ar putea să facă carnea amară.

1238. **Sărarea, saramurarea și afumarea șuncilor**

Șunca propriu-zisă este pulpa unui picior din spate, căruia i se scoate osul principal și se taie piciorul de la încheietură în jos, iar spata este un picior din față, căruia i se scot toate oasele împreună cu lopățica. Din spată se prepară rulada de șuncă.

Șunca din pulpă se prepară cu șoriciul pe ea, pe cînd de pe spată, din care se prepară rulada, se scoate șoriciul împreună cu o parte de slănină, în așa fel ca pe spată să rămînă numai un strat de slănină de 1 cm. La scoaterea șuncilor trebuie să fim atenți să le dăm acestora o formă rotunjită și să nu facem tăieturi inutile de cuțit. Prin presare se mai scot ră-

măşiţele de sînge, după care şuncile se freacă bine cu soluţia de saramură, mai ales locurile adîncite, de unde s-au scos oasele.

Soluţia de saramură pentru şunci se prepară socotind pentru 1 kg de carne următoarele cantităţi de componente: *50 g sare, 2 g silitră, 1/2 linguriţă de piper zdrobit, 1/2 lingură de zahăr, 2-3 g coriandru, 2-3 g ienupăr zdrobit.*

După ce şuncile au fost bine frecate, ele se aşază cît mai strîns într-un butoiaş, ciubăr sau vas emailat, care să nu aibă plesnituri de email. Astfel aranjate, şuncile se ţin presate (punîndu-se un fund pe ele, deasupra căruia se aşază o greutate) într-un loc răcoros, timp de 4—6 zile. Din două în două zile şuncile se întorc, iar după ce trece termenul de 4—6 zile se mai toarnă peste ele o saramură lichidă, care se prepară socotind pentru 1 l de apă: *120 g sare, 3 g silitră, o foaie de dafin, 2 g piper boabe, 1 g ienibahar, 1 g coriandru;* aceasta se dă în fiert într-un singur clocot şi după ce s-a răcit, se toarnă peste şunci cît să le acopere. Şuncile se pun din nou sub presă şi se ţin în saramură timp de 12—14 zile, într-un loc răcoros. Temperatura potrivită este de 6—10°C. Din două în două zile şuncile vor fi întoarse, avîndu-se grijă ca ele tot timpul să fie acoperite complet de saramură. După scoaterea din saramură, şuncile care se consumă în scurt timp se pun în apă călduţă la desărat, pentru 2—3 ore, după care se clătesc de mai multe ori cu apă rece. În acest mod se evită apariţia sărurilor pe suprafaţa şuncii. În ce priveşte şuncile destinate pentru o păstrare mai îndelungată, acestea nu se desărează, ci numai se clătesc în apă. În ambele cazuri şuncile se şterg cu un prosop uscat şi se pun la zvîntat într-un loc bine aerisit, rece şi uscat, pînă la uscare (10—15 ore), după care se pun la fum, unde se ţin pînă ajung să aibă o culoare roşcată.

Şuncile se fierb întregi sau se taie cîte o bucată, cît avem nevoie, iar restul se păstrează într-un săculeţ de tifon, atîrnate într-un loc rece şi bine aerisit.

1239. **Şuncă fiartă**

Înainte de a fi pusă la fiert, şunca sau altă afumătură se pune pentru 2—3 ore în apă călduţă pentru desărat, apoi se clăteşte şi se pune la fiert în apă care trebuie să treacă cu puţin peste ea. Se adaugă condimente, după gust: *boabe de piper, frunze de dafin, ienibahar şi oţet (2-3 linguri de oţet la 1 l de apă).* Se fierbe şunca lent, pe foc domol, cam 3—4 ore (aceasta depinde de volumul şi tăria cărnii). Spre a afla dacă este gata, se încearcă cu o furculiţă de bucătărie; dacă furculiţa intră uşor în carne, înseamnă că ea este gata fiartă. Se ia apoi de pe foc şi se lasă să se răcească în zeama în care a fiert. Se serveşte caldă sau rece.

1240. **Şuncă fiartă în vin**

Se procedează ca în reţeta precedentă, numai că, după ce şunca s-a fiert pe jumătate în apa cu condimente, se mai adaugă vin vechi şi de bună calitate, continuîndu-se fierberea pînă ce este gata.

1241. **Şuncă fiartă în zeamă de varză**

Şunca fiartă în zeamă de varză este foarte gustoasă, numai dacă avem zeamă de varză bună, limpede şi nu prea sărată; dacă este prea sărată se adaugă apă. După ce a fost ţinută la desărare, şunca se pune la fiert în zeamă de varză cu puţine condimente: *1 ceapă, 1 fir de cimbru, cî-*

teva boabe de piper şi cîteva frunze de dafin. După fierbere şunca se răceşte în zeama în care a fiert.

1242. **Şuncă coaptă în aluat**

Pentru aluat: *600 g făină, 2–3 ouă, 100 g untură, 1/2 pachețel de praf de copt sau 50 g drojdie, apă cît cuprinde.*

Cantităţile pot fi reduse după mărimea şuncii sau se poate pregăti numai o bucată din şuncă. Şunca se pune la fiert la fel ca în reţeta precedentă, dar se fierbe numai pe jumătate şi după aceea se scoate din zeama în care a fiert şi se răceşte aproape complet. Şunca fiartă se înveleşte în aluatul frămîntat tare, din componentele date, la care, cine doreşte, poate să mai adauge în aluat şi o linguriţă de chimen pisat. Şunca, înfăşurată în aluat, se unge cu ou bătut, se aşază într-o tavă unsă şi se introduce în cuptorul bine încălzit din timp. În cazul că aluatul s-a rumenit prea repede, se micşorează focul, iar şunca în aluat se acoperă cu hîrtie unsă. Dacă este servită la mese festive, şunca se taie în felii în aşa fel ca să fie păstrată ordinea acestora, pentru a putea fi reconstituită în forma ei iniţială.

1243. **Ruladă de şuncă**

Rulada de şuncă se prepară din porc tînăr. Din spata din faţă se îndepărtează slănina, se scot toate oasele, iar spata se despică în aşa fel ca să fie cît mai mult deschisă şi se bate cu bătătorul cît mai mult posibil, avînd grijă ca să nu se rupă carnea. Se sărează şi se piperează după gust, se rulează cît mai strîns şi se leagă cu o sfoară. Se pune la fript în cuptor, după ce în prealabil a fost rumenită într-o tavă cu puţină untură pe plită pe toate părţile. În timpul frigerii se adaugă cîte puţină apă ca să nu se ardă friptura şi untura de sub friptură, iar friptura se întoarce pînă va fi gata. După ce se răceşte puţin, sfoara se înlătură. Se serveşte la masă, tăiată subţire, cu diferite garnituri: salată de cartofi, piure de cartofi, varză călită sau murată preparată cu ulei.

1244. **Caltaboşi cu măruntaie**

1,5 kg ficat, inimă, plămîni, splină, 1 kg de carne rămasă de la fasonare sau de la ceafă, 300 g ceapă, 100 g orez, maţe groase, sare, piper pisat.

Se pun la fiert ficatul, inima, plămînii şi splina, iar carnea se fierbe separat. Ceapa se taie mărunt şi se călеşte în puţină untură sau cu slănină proaspătă şi tăiată mărunt. Orezul ales şi spălat se pune la fiert şi se fierbe pînă se umflă, după care se scurge şi se clătеşte cu apă rece.

Carnea şi organele, după ce s-au fiert, se trec prin maşina de tocat carne. La tocătura obţinută se adaugă orezul, ceapa călită şi condimente după gust. Se amestecă bine şi cu compoziţia respectivă se umple maţul gros.

Umplerea caltaboşilor. La maşina de tocat carne (fără cuţit şi fără sită) se adaptează o pîlnie de umplut cîrnaţi. Se trage tot maţul pe pîlnie, lăsîndu-se capătul legat puţin afară. Umplerea se face neîndesat, legîndu-se din loc în loc sau se fac bucăţi de caltaboşi mai scurte, de 20—30 cm. Se pun la fiert în apă fierbinte şi se fierb lent, fără să clocotească, timp de 30—40 min. În timpul fierberii se înţeapă cu un ac gros locurile umflate, ca să nu plesnească maţul. Totodată se controlează prin

înțepare dacă caltaboșii sînt gata fierți sau nu; dacă la înțepare iese din caltaboși zeamă albicioasă, caltaboșul este gata fiert, iar dacă zeama iese roșcată, atunci trebúie să mai fiarbă.

Caltaboșii gata fierți se scot într-un vas cu apă rece și după răcire se pun pe o planșetă pentru zvîntat. Cine dorește, poate să-i mai pună pentru cîteva ore la fum rece. Caltaboșii se servesc reci ca aperitiv, cu muștar sau cu salată de sfeclă roșie cu hrean.

1245. **Caltaboși cu orez și sînge**

Se prepară după rețeta precedentă, cu deosebire că la fiecare kilogram de carne se adaugă 100 g sînge și 100 g orez, în prealabil curățat, bine spălat și pus la fiert în aceeași zeamă în care s-a fiert carnea. Se fierbe la foc lent, timp de 10—15 minute, amestecînd tot timpul ca să nu se prindă orezul de fund.

1246. **Caltaboși calzi în zeama lor**

1 kg carne de porc, 300 g ficat, 200 g orez, 100 g ceapă, 50 g bulion de roșii, cîteva boabe de piper, 1 frunză de dafin, sare, piper și mirodenii obișnuite, după gust.

Carnea și ficatul se trec prin mașina de tocat, după care se adaugă ceapa călită, orezul opărit, mirodeniile, sare și piper, după gust. Se amestecă totul bine și dacă compoziția este prea legată, se pot adăuga 100—200 g supă de carne sau apă și se umple mațul. (Toată operația se face la fel ca în rețeta 1244).

Cînd totul este gata, se pune vasul cu cantitatea de apă, cîtă este necesară, pe foc. Se adaugă sare, boabe de piper, foaie de dafin, bulionul și după ce dă în fiert se introduce caltaboșul. Se fierbe lent aproximativ 50 min, în care timp se înțeapă cu un ac, ca să nu plesnească învelișul caltaboșului. Caltaboșul este gata cînd din el prin înțepare nu mai iese zeamă roșcată, ci numai zeamă albicioasă.

Caltaboșii gata fierți se țin la cald în zeama lor și tot calzi se servesc cu zeamă.

1247. **Caltaboși afumați**

1,5 - 2 kg carne de la ceafă și de la gușă, 500 g ficat, 200-300 g ceapă, sare, piper pisat, ienibahar și cuișoare, toate după gust.

Carnea și ficatul se taie în bucăți și se trec prin mașina de tocat. Se adaugă ceapa tăiată mărunt, călită în puțină untură. Se amestecă bine, adăugîndu-se sare și condimente după gust și cu compoziția respectivă se umplu mațe mai subțiri. După umplere se pun la fiert în apă cu puțină sare, fierbîndu-se aproximativ 40—50 de min, fără clocot. Cînd sînt gata, se dau pentru 3—4 ore la fum rece. Acești caltaboși se consumă reci sau se prăjesc la tigaie.

1248. **Caltaboși cu șorici și cu sînge**

500 g carne slabă de porc, 500 g carne grasă de la gît, inimă, 300 g șorici, 300 g sînge, 200 g ceapă, condimente (sare, piper pisat, ienibahar, usturoi pisat, maghiran și ghimbir), după gust.

Se pun la fiert carnea, inima și șoriciul. După fierbere se taie toate în cubulețe mici, se adaugă ceapa tăiată mărunt și puțin călită, sîngele și se condimentează după gust. (În compoziție se poate adăuga și puțină zeamă de la fiertul cărnii și șoriciului). Cu compoziția respectivă se umple îndesat mațul gros, se pune la fiert pe foc domol și se fierbe lent 40—60 de min. Caltaboșul este gata cînd la înțeparea cu un ac se constată că din el nu mai iese zeamă roșcată. Caltaboșii fierți se așază pe o planșetă și se lasă la zvîntat; după posibilități se dau la fum sau se consumă ca atare. Dacă șoriciul nu s-a fiert îndeajuns împreună cu carnea, atunci se mai pune la fiert în continuare în zeama de la fiertul cărnii.

1249. **Sîngerete**

1 kg de slănină de pe burtă, 500 g franzelă veche de 2-3 zile, 0,500 - 1 kg sînge, 300 g ceapă, 200 g untură, condimente după gust.

Se taie franzela în cubulețe și se amestecă cu sîngele. Se adaugă slănina fiartă și tăiată în cubulețe mici, ceapă călită puțin, sare, piper pisat, cimbru cernut, maghiran, cuișoare, potrivindu-se totul după gust. Cu compoziția respectivă se umplu mațe netede neîndesat, deoarece franzela se mai umflă în compoziție. De aceea, sîngeretele trebuie lăsat în apă rece timp de 1 oră și numai după aceea se pune la fiert în apă înfierbîntată și se fierbe lent la foc încet, timp de 30—40 de min, după care se scoate într-o oală cu apă rece. După răcire se pune pe o scîndură sau pe un fund de lemn și se lasă să se zvînte bine, apoi se tine în frigider.

1250. **Sîngerete afumat**

300 g carne slabă, 300 g slănină, 500 g șorici, 600-800 g sînge, condimente (sare, piper pisat, chimen, cuișoare pisate), după gust.

Carnea și șoriciul se pun la fiert cu puțină sare. Cînd carnea este fiartă, se scoate, iar șoriciul se lasă să mai fiarbă pînă se înmoaie, după care se scoate, se răcește și împreună cu carnea se trec prin mașina de tocat. Între timp, slănina se taie în cubulețe mici, se pune în zeama de carne și se dă în 2—3 clocote, apoi se strecoară. Se amestecă totul cu sîngele crud și se condimentează după gust. Cu compoziția respectivă se umplu mațe netede, legîndu-se cele două capete în formă de potcoavă. Se înțeapă cu acul în cîteva locuri și se introduce sîngeretele într-un vas cu apă înfierbîntată. Se fierbe lent la foc încet, timp de 40—60 min, după care se scoate și se pune în alt vas cu apă rece. După răcire se lasă cîteva ore la zvîntat, apoi se dă la fum rece pentru cîteva ore.

1251. **Sîngerete cu carne superior**

1 kg carne slabă de porc, 1 kg slănină, 1 kg sînge, 200-300 g ceapă, 100 g untură, condimente, după gust.

Carnea și slănina se pun la fiert, slănina scoțîndu-se ceva mai devreme, fără să fie fiartă complet. Carnea, după ce s-a fiert și răcit, se trece prin mașina de tocat prin sita cu ochiuri mari, iar slănina pe jumătate fiartă se taie în cubulețe. Se adaugă ceapa tăiată foarte mărunt și călită puțin în untură, sîngele strecurat și se condimentează după gust. Compoziția se amestecă bine și se introduce lejer în mațe groase. Sîngereții umpluți se leagă la capete și se pun la fiert în apă fierbinte, lăsîndu-se să

fiarbă lent, fără clocot, pînă se observă că la înțeparea cu un ac nu mai iese din ei zeama roșcată. Cînd sînt gata fierți, sîngereții se clătesc cu apă caldă și apoi se pun la zvîntat.

1252. **Sîngerete cu orez**

500 g carne slabă de porc, 300–400 g șorici, 500 g slănină de la gît, 1 kg sînge crud, 400 g orez, 300 g ceapă, 1 lingură de zahăr, piper pisat, sare, cimbru și ienibahar, toate după gust.

Carnea, șoriciul și slănina se pun la fiert în apă cu puțină sare și, după ce s-au fiert toate, se scot din zeamă. (Zeama de la fiert se folosește la stingerea orezului.) Orezul ales, spălat și scurs bine de apă, se pune peste ceapa tăiată mărunt și călită în puțină untură, călindu-se și împreună timp de 5—6 min, după care se stinge cu zeamă strecurată și foarte fierbinte (cantitatea de zeamă să nu fie mai mare decît dublul cantității orezului), se acoperă vasul cu orez cu un capac și se ține 10—20 min la foc cît mai slab sau pe marginea plitei. Între timp, se toacă mărunt carnea, șoriciul și slănina, la care se adaugă sîngele strecurat, orezul răcit, zahărul, sarea, cimbrul și alte mirodenii după gust și se amestecă.

Cu compoziția bine amestecată se umplu lejer mațe groase care se pun la fiert în apă înfierbîntată cu puțină sare și se fierb lent, fără clocot, pînă cînd se constată, prin înțepare cu un ac, că din sîngerete nu mai iese zeamă roșcată. După ce s-a fiert, sîngeretele se scoate din vas și se clătește cu apă călduță, apoi se așază pe o planșetă de lemn și se lasă cîteva ore la zvîntat. Se păstrează la rece cel mult 6—8 zile (fără să înghețe).

1253. **Chișcă (rețetă bucovineană)**

1 kg păsat mărunt sau mălai grișat, 500 g slănină, 300 g ceapă, sare și piper pisat după gust.

Păsatul sau mălaiul se opărește cu apă fiartă, într-o cantitate egală cu de trei ori cantitatea lui. Slănina se taie în cubulețe mici și se călește puțin, după care se scoate și se amestecă cu păsat opărit. În untura rămasă de la slănină se prăjește ceapa tăiată mărunt și după aceea se adaugă la compoziția de păsat. Se potrivește totul de sare și de piper pisat, după gust, se amestecă bine și cu compoziția respectivă se umplu mațe, se leagă fiecare maț la ambele capete, se înțeapă în cîteva locuri și se pun la fiert în apă fierbinte cu puțină sare. În timpul fierberii lente se mai înțeapă chișca, ca să nu plesnească învelișul. După fierbere timp de 30—40 min, fără clocot, chișca este gata. Ea se mai pune apoi la prăjit într-o tigaie cu untură pe foc deschis sau în cuptor. Se servește caldă.

1254. **Lebărvurșt I**

1 kg ficat de porc, 500 g slănină proaspătă, 300 g franzelă (de 2–3 zile), 200 g ceapă, 4 ouă, sare, piper pisat, nucșoară rasă, mațe subțiri.

Ficatul se curăță de pieliță, de vine și se taie în bucăți, slănina la fel, iar ceapa se taie mărunt și se călește puțin în untură sau cu o parte din slănină. Se înmoaie franzela în apă rece și se stoarce. După aceea se trece totul de 2—3 ori prin mașina de tocat. La tocătură se adaugă ouăle, piper pisat, nucșoară rasă și sare, toate după gust. Compoziția se frămîntă bine și cu ea se umplu mațele. Mațele umplute și legate la capete se pun în apă călduță și se fierb lent 40—60 min. În timpul fierberii se înțeapă lebărvurștii cu un ac si dacă sînt gata fierți se scot în alt vas cu apă rece,

unde se ţin timp de 30 min, după care se şterg şi se ţin la rece. (În loc de nucşoară se pot adăuga în compoziţie ienibahar pisat sau cuişoare). Acest fel de lebărvurşti nu se pot păstra un timp mai îndelungat.

1255. **Lebărvurşt II**

1 kg de ficat, 1 kg de slănină proaspătă, 50 g sare, 5 g piper, 2 g ienibahar, 1 g cuişoare.

Carnea şi ficatul se taie în bucăţele şi se trec de 2—3 ori prin maşina de tocat cu sită mărunţă. Tocătura se amestecă cu mirodeniile, după gust, se frămîntă bine şi cu ea se umplu maţe netede. Acestea se pun la fiert în apă caldă cu puţină sare şi o frunză de dafin. Se fierb lent la foc domol 40—60 min, după care se scot în alt vas cu apă rece. Lebărvurştii, după ce s-au răcit, se şterg şi se ţin la frigider fără să se îngheţe.

Acest fel de lebărvurşti poate fi păstrat la rece 10—12 zile, iar la servire se taie cît mai rece, consumîndu-se ca atare.

1256. **Tobă (reţetă de bază)**

Produsele pentru pregătirea tobei se compun din părţile porcului care sînt bogate în conţinut gelatinos şi alte componente pentru gust. Părţile gelatinoase sînt: *şoriciul, urechile, picioarele* şi *carnea cu os de la căpăţînă.* Şoriciul, picioarele şi căpăţîna se pîrlesc, se rad bine, se spală cu apă călduţă şi se pun într-o oală pe foc viu, ca să dea repede într-un clocot, după care se scurge şi se spală atît conţinutul cît şi oala. Se pune apoi totul din nou la fiert cu apă potrivită şi cu puţină sare şi după ce a dat în fiert, se îndepărtează spuma şi se micşorează focul. Se adaugă cîteva boabe de piper, 1—2 foi de dafin şi se fierbe încet pînă se înmoaie şoriciul şi zeama devine puţin cleioasă. Carnea de la căpăţînă se fierbe pînă se desprinde de pe oase, iar şoriciul, urechile şi picioarele se fierb pînă se înmoaie bine şoriciul. Zeama se strecoară şi se ţine, pînă la folosire, la temperatura camerei, ca să nu se închege.

Separat se pun la fiert împreună *ficatul, limba, inima, rinichii, carnea* şi *slănina.* Acestea se scot pe rînd, după cum fiecare din ele este gata. Slănina trebuie fiartă numai pe jumătate, apoi se scot ficatul şi limba. Limba se curăţă caldă de pieliţă.

Pregătirea compoziţiei (umpluturii). Componentele de carne fiartă se taie în fîşii subţiri sau în cubuleţe cu latura de 3—4 cm, după care se amestecă şi se adaugă condimente, după gust: sare, piper pisat,ienibahar pisat, usturoi pisat, coriandru sau floare de nucşoară precum şi zeama concentrată de la fiertul cărnii şi al şoriciului.

Compoziţia se introduce în burduf, acesta se coase la deschizătură şi se poate lega din loc în loc cu o sfoară albă şi curată. Se înţeapă în cîteva locuri cu un ac gros şi se fierbe în zeama în care a fiert carnea. (Înţepături cu acul se mai fac din cînd în cînd în timpul fierberii). Se fierbe toba timp de 1 1/2—2 ore, fără clocot. Pentru eliminarea aerului toba se mai înţeapă cu un ac şi după ce a fost scoasă de la fiert, după care se pune la răcit, presată între două scînduri.

Pregătirea stomacului pentru umplerea tobei trebuie să fie prima operaţie. Acesta se goleşte de conţinut, se spală, se întoarce pe dos şi se spală din nou. Se rad apoi pieliţele interioare, se spală stomacul din nou după care se freacă cu ceapă tăiată mărunt şi cu sare. La urmă se adaugă oţet şi se lasă timp de 20—30 min, apoi se clătеşte în apă călduţă şi după aceea în mai multe ape reci şi se lasă tot în apă rece pînă la întrebuinţare.

1257. **Tobă în înveliş de şorici**

Ca înveliş pentru tobă se poate folosi numai şoriciul provenit de la porcul care a fost opărit. Şoriciul de porc pîrlit nu este bun să fie folosit ca înveliş la tobă.

Bucata de şorici tobă trebuie să aibă 36 cm lungime şi 32 cm lăţime. Aceasta se îndoaie şi se coase pe margine ca un săculeţ, lăsîndu-se o porţiune necusută pentru umplut. Între timp, se pregăteşte compoziţia pentru tobă la fel ca în reţeta precedentă, se umple săculeţul de şorici cu ea, după care se coase. Se înveleşte într-o bucată de pînză sau de tifon, se leagă cu o sfoară în cîteva locuri, se introduce toba într-un vas corespunzător volumului acesteia şi se umple vasul cu apă sau cu zeamă rămasă de la fiertul cărnii folosită la umplutură. Se potriveşte de sare, se adaugă cîteva foi de dafin, 1 crenguţă de cimbru şi cîteva boabe de piper, se acoperă vasul cu un capac şi din momentul cînd începe să fiarbă se lasă toba să fiarbă încet, timp de 2 ore. În timpul fierberii, toba se înţeapă din cînd în cînd cu un ac gros. După terminarea fierberii, vasul cu tobă se ia de pe foc şi se lasă să se răcească toba în zeama în care a fiert, după care toba încă călduţă se scoate din vas, se dezleagă, se clăteşte şi se pune între două scînduri la presat. (Greutatea pentru presare nu trebuie să depăşească greutatea tobei ca să nu apese prea tare, deoarece poate plesni învelişul). După ce s-a răcit, toba se pune la fum.

1258. **Tobă gelatinoasă (fără înveliş)**

1 kg carne de la căpăţînă, 500 g carne slabă de porc, urechi, 1 picior de porc, 60 g gelatină, 1 ceapă, 1 căpăţînă de usturoi, cîteva boabe de piper, 1 frunză de dafin, sare.

Carnea împreună cu urechea şi cu piciorul se pun la fiert într-o cantitate de apă potrivită. După ce a dat în fiert, se curăţă spuma, operaţia repetîndu-se în continuare de cîte ori apare. Cînd carnea a fiert pe jumătate, se adaugă ceapa, piperul boabe, frunza de dafin şi sare. După ce s-a fiert bine, carnea se scoate, iar piciorul şi urechea se mai lasă să fiarbă pînă se înmoaie şoriciul bine. Între timp, se pune gelatina la înmuiat în apă rece şi se ţine pînă se umflă bine. Zeama de la fiertul cărnii se strecoară, se degresează, şi dacă este mai multă decît carne, se pune într-o cratiţă şi se fierbe pînă scade şi devine mai concentrată. La urmă, în zeamă se adaugă gelatină înmuiată şi se amestecă pînă ce aceasta se dizolvă complet. După aceea se lasă zeama să se răcească puţin, se potriveşte de sare (dacă mai trebuie) şi se adaugă zeama de usturoi pisat.

Carnea se taie în fîşii, se aşază într-o formă de chec sau într-un castron, care se umple cu zeamă şi se lasă să se răcească. Această tobă se prepară mai uşor decît celelalte, dar nu se poate păstra un timp mai îndelungat. Se ţine la rece fără să îngheţe. Se serveşte tăiată felii, cu salată de sfeclă roşie cu hrean sau cu chimen, sau cu zeamă de lămîie şi cu piper pisat presărât pe deasupra.

1259. **Tobă mozaicată**

1 kg carne de porc, 1 kg slănină de pe burtă, 500 g şorici, 500 g sînge, 1 limbă de porc, 300 g ficat, 1 ureche, 3–4 ouă fierte tari, sare, piper pisat, ienibahar, toate după gust.

Slănina se fierbe pe jumătate, iar carnea, urechea, limba şi ficatul se fierb puţin mai mult. Imediat după ce s-a fiert, limba se curăţă de pieliţă,

iar șoriciul se lasă să fiarbă mai departe pînă se înmoaie bine. După ce au fiert și celelalte componente se răcesc puțin și se taie toate în fîșii lungi care se introduc într-un burduf sau într-un maț gros. Se adaugă ouă fierte tari și se umple apoi cu zeama de la fiertul cărnii, care trebuie să fie concentrată (redusă prin fierbere) și condimentată după gust. Se coase burduful (porțiunea prin care s-a introdus compoziția) și se pune la fiert în apă fierbinte cu puțină sare. Se fierbe încet timp de 1 oră și jumătate, între timp înțepîndu-se cu un ac. După fierbere toba se așază între două scînduri, iar deasupra se pune o greutate de 2—3 kg. După răcire, toba poate fi pusă la afumat la fum slab, după care se ține la rece.

Pentru ca toba să aibă un aspect frumos în interior, trebuie ca toate componentele să fie așezate intercalat în burduf, într-o singură direcție, iar limba de porc sau de vițel (vită) trebuie să se învelească într-o felie subțire de slănină.

1260. **Tobă din căpățînă de porc cu sînge**

O jumătate de căpățînă de porc, 500-600 g șorici, 200 g ceapă, 100 g untură, 200 g orez, 0,600-1 kg sînge, 5 g boia, piper pisat, ienibahar pisat, sare.

Căpățîna și șoriciul, după ce au fost bine curățate de păr, se pun la opărit pînă se formează spuma (fără să dea în clocot), după care se scurg și se spală. Apoi se pun din nou în apă potrivită cu puțină sare, la care se adaugă o foaie de dafin și se fierb cam 3—4 ore pe foc domol, pînă se desprinde carnea de pe oase. Carnea fiartă se taie în cubulețe mici, iar șoriciul bine fiert se taie mărunt, după care se amestecă adăugîndu-se sîngele strecurat, ceapa călită în untură, orezul fiert pe jumătate în zeama de la fiertul cărnii și se potrivește de sare și de restul de condimente.

Dacă compoziția este prea compactă, se adaugă zeamă de la fiertul cărnii, ca să se omogenizeze potrivit. Compoziția se introduce în bășică, în burduf (stomac) sau într-un maț gros care se leagă, se înțeapă cu un ac gros pentru eliminarea aerului, după care se fierbe lent, timp de 1—2 ore, în apă cu puțină sare. După ce s-a fiert se scoate din vas, se mai înțeapă în cîteva locuri și se pune la presat între două scînduri, iar deasupra se așază o greutate de 2—3 kg. După preferință, se poate pune pentru cîteva ore și la fum slab.

1261. **Pastramă din carne de porc**

1 kg carne macră (învăscută), 20-25 g sare, 3 g piper, 1 g silitră, 2 g zahăr, 5 g boia de ardei, 3 g coriandru, 30 g usturoi, 1 fir cimbru.

Carnea se taie în bucăți groase de 2—3 cm, late de 5—6 cm, și lungi așa cum ies din tăietură, care se freacă cu o parte din amestecul de componente prevăzute (sare, piper pisat, silitră, zahăr, boia de ardei, coriandru, usturoi zdrobit), după care se pun îndesat într-u vas emailat și se presară cu restul de amestec de condimente. Deasupra se pune un fund de lemn pe care se așază greutăți și se lasă pentru 4—5 zile la temperatura de 18—20°C. Apoi carnea se scoate din vas, se străpunge la un capăt, se leagă cu sfoară și se atîrnă pentru 2—3 zile la fum cald. Pastrama se servește ca atare, tăiată subțire și servită cu muștar sau cu gogoșari în oțet.

1262. **Limbă de porc sau de vacă afumată**

Se pune limba într-un vas cu apă înfierbîntată la 60°C în care se ține 2—3 min, după care se curăță de pelițe și de alte resturi din porțiunea

dinspre gît (rădăcina limbii). Se pune apoi într-un vas cu apă rece, în care se ţine 1—2 ore, după care se freacă cu un amestec constituit din 40—50 g sare şi 2 g silitră (pentru 1 kg de limbă). După aceea se pune într-un vas şi se ţine la rece 1—2 zile, apoi se toarnă peste ea o saramură rece preparată din 1 l de apă, 15 g sare, 1 foaie de dafin, 10 boabe de piper, 2 g silitră şi dată într-un clocot. În această saramură se ţine sub presă 8—10 zile, în care timp se întoarce.

După saramurare, limba se scoate, se spală cu apă rece, se zvîntă, se găureşte într-o parte, se leagă cu o sfoară şi se dă la fum cald, pentru 2—3 zile. Înainte de consumare limba se fierbe.

1263. **Oase afumate**

Oasele rămase de la tranşarea porcului, scoaterea şuncilor şi a muşchilor (oasele de la şira spinării, ciolanele, rasoalele) se pun în saramură care se pregăteşte astfel: *la 1 l de apă fiartă se pun 150 g sare, 2 g silitră, 1 linguriţă de zahăr, 1 foaie de dafin şi cîteva boabe de piper.* După 4—5 zile oasele se scot din saramură, se clătesc în apă rece, se zvîntă bine, se leagă cu o sfoară şi se ţin atîrnate la fum cald 1—2 zile. Oasele nu se ţin nici la fum prea cald şi nici mai mult, deoarece se usucă. Înainte de întrebuinţare (fierbere), oasele se ţin 10—20 min în apă călduţă, după care se clătesc în apă rece.

1264. **Antricot sau muşchiuleţ afumat**

Se prepară în două feluri: după reţeta 1261 sau după reţeta 1238, în acest caz avîndu-se grijă să nu se ţină la fum la fel cît se ţin şuncile. Orice antricot, dacă este subţire ca şi muşchiuleţul, se face mai repede decît şunca. Altfel, dacă se ţine mai mult, acesta pierde din calitate şi se usucă. Se ţine la fum rece 2—3 zile sau la fum cald 4—5 ore, pînă prinde o culoare roşie. Se consumă ca atare sau se fierbe în apă, la temperatura de 80°C, pînă devine fragedă.

1265. **Slănină crudă sărată**

Slănina crudă, proaspătă şi cît mai groasă, se taie în fîşii înguste şi lungi, se freacă bine cu sare albă şi se pune într-un vas în care se aşază în prealabil la fund şipci de lemn. Bucăţile de slănină se aşază cît mai strîns una peste alta, astfel ca între ele, pe cît posibil, să nu rămînă spaţii goale; deasupra se pune o scîndură curată pe care se aşază o greutate, după care se acoperă bine vasul. După 10 zile se scot bucăţile de slănină din vas, se freacă din nou bine cu sare şi se pun în acelaşi vas, aşezîndu-se în ordinea inversă. Se păstrează astfel la loc răcoros 8—10 zile. Dacă bucăţile de slănină sînt aşezate strîns, presărate bine cu sare şi puse la loc răcoros şi uscat, ele pot fi păstrate ani de zile. Prea multă sare nu strică cu nimic slăninii, întrucît ea nu absoarbe decît o anumită cantitate de sare, păstrîndu-se bine, fără să prindă mucegai şi rămînînd tot timpul gustoasă. Se consumă ca slănină fragedă.

1266. **Slănină afumată**

Slănina, preparată la fel ca în reţeta precedentă, se scoate din vas, dacă are multă sare prinsă de ea aceasta se îndepărtează, apoi se pune pentru 1 oră în apă rece. Fiecare bucată de slănină se străpunge la un ca-

păt, iar în gaura formată se introduce o sfoară curată cu care se leagă și se agață în curent uscat de aer pentru a se zvînta, după care se dau pentru 3—4 zile la afumat. Trebuie avut grijă ca temperatura fumului să nu fie prea ridicată, căci slănina începe să se topească ușor, în detrimentul calității. Culoarea slăninii afumate trebuie să fie roșietică-gălbuie. Temperatura fumului nu trebuie să treacă de 18—20°C.

1267. **Slănină cu aromă de usturoi**

Înainte de sărare, după dorință, slănina poate fi frecată cu usturoi sau, în timpul așezării bucăților de slănină sărată în vas, între bucățile de slănină se pot pune căței de usturoi, tăiați subțire, precum și foi de dafin. Se poate afuma 1—2 zile.

1268. **Slănină cu boia de ardei**

Se alege slănina curată sau cu straturi de carne în ea (poate fi luată din partea de la burtă, cu costițe), se dă prin boia de ardei, după ce în prealabil a fost supusă sărării după metoda arătată în rețeta 1265. Se ține în sare cel mult 5—6 zile, în care timp, zilnic, bucățile de slănină se regrupează. Apoi slănina se scoate din sare, se șterge, se freacă bine cu boia și se lasă pentru 1—2 zile să se afume. O astfel de slănină trebuie ținută într-o încăpere răcoroasă și uscată.

1269. **Slănină fiartă în mirodenii și dată prin boia de ardei**

O astfel de slănină se prepară pentru folosire imediată. Se sărează slănina bine și se ține așa cîteva ore înainte de a se fierbe. Se scutură apoi de sare și se pune la fiert cu apă fierbinte, la care se adaugă: boabe de piper, o foaie de dafin, ienibahar, usturoi, oțet, coriandru și se lasă să fiarbă ușor fără clocote. Se încearcă cu furculița și dacă aceasta pătrunde ușor, slănina este fiartă. Atunci se ia vasul de pe foc, lăsîndu-se slănina în apa în care s-a fiert pînă la răcire, după care se scoate, se zvîntă bine și se dă prin boia de ardei.

În timpul fierberii se încearcă dacă slănina este suficient de sărată și dacă sînt suficiente celelalte condimente; de asemenea, se are grijă să nu fiarbă prea mult, căci pierde din gust.

1270. **Piept de porc marinat și afumat (Kaiserfleisch)**

2-3 kg piept, iar pentru marinată, *la 2 l de apă se iau 300 g sare, 2-3 g silitră, 1 linguriță de zahăr* (v. și rețeta 1236).

Se scot oasele din piept, acesta se taie în fîșii de 10—15 cm lățime care se freacă cu sare apoi se pun la sărare la fel ca și slănina (v. rețeta 1265). Peste 3—4 zile se scoate pieptul, se scutură bine de sarea lipită, se așază în alt vas curat și peste el se toarnă marinata (baițul). Se acoperă și se ține pieptul îndesat în marinată 2—3 zile, după care se întoarce și se îndeasă bine din nou, astfel ca să fie acoperit de soluția de marinată. După 3—4 zile pieptul se scoate din vas, se leagă la un capăt cu sfoară și se lasă atîrnat pentru o zi să se zvînte, după care se pune pentru 2—3 zile la fum rece pentru afumare. Astfel preparat, poate fi păstrat tip mai îndelungat.

Pentru consumare se va fierbe numai o cantitate care se va consuma în 2—3 zile, iar restul se va păstra la loc rece.

1271. **Soluţie de marinată (baiţ)**

Baiţul (soluţia de marinată) se prepară după anotimp: vara baiţul se prepară ceva mai tare, iar toamna de tărie mijlocie faţă de baiţul care se prepară iarna, care este mai slab, după cum urmează: 1) baiţul concentrat (pentru vară) se prepară punînd, la 1 l de apă, 200 g sare, 1/2 linguriţă silitră (3 g), 1/2 linguriţă zahăr; 2) baiţul mijlociu pentru toamnă — la 1 l de apă, se pun 150 g sare, 2 g silitră şi 2 g zahăr; 3) baiţul slab (pentru iarnă) — la 1 l de apă se pun 100 g sare, 2 g silitră şi 2 g zahăr. Toate se fierb într-un vas emailat putîndu-se aduga: piper boabe, ienibahar, foi de dafin, coriandru. După ce s-a răcit se toarnă peste piept şi se acoperă.

1272. **Spată de porc afumată**

Dacă spata porcului are slănină subţire, aceasta nu se scoate ci se scot numai oasele, iar spata se pune pentru 5—6 zile în baiţ. Marinarea în baiţ se va face după reţeta precedentă. După ce se scoate din saramură, se spală şi se pune pentru 1—2 ore în apă călduţă şi se desărează. După desărare se ţine la aer 1—2 ore pentru zvîntare, apoi se rulează strîns, se leagă cu sfoară şi se afumă la fum rece.

Spata se foloseşte tăiată în felii subţiri, prăjită sau gătită ca mîncare. Ea se poate şi fierbe în apă cu zeamă de varză murată (în cantităţi egale), consumîndu-se cu muştar sau cu salată de sfeclă cu hrean sau cu chimen.

1273. **Cîrnaţi proaspeţi pentru prăjit**

1 kg carne de porc, 400 g carne de vită, 25 g sare, piper, usturoi, 1/2 pahar de apă călduţă.

Cîrnaţii proaspeţi pentru folosire imediată se prepară după cum urmează: carnea de vită se trece de două ori prin maşina de tocat, iar cea de porc numai o singură dată. Pentru gust, la 1 kg de carne tocată se adaugă 20 g sare, 1 g piper pisat, 2 g usturoi zdrobit, se amestecă totul bine şi se mai adaugă 50—100 ml apă călduţă. Cu această compoziţie se umplu, nu prea îndesat, maţele curăţate, rezultînd cîrnaţii. Pînă la folosire, cîrnaţii se ţin la rece. Se prăjesc în untură sau în ulei, pe plită sau la cuptor. Se servesc cu garnitură de cartofi piure, cu fasole albă sau cu varză călită.

1274. **Cîrnaţi afumaţi şi uscaţi**

1 kg carne de porc, 1 kg carne de vită, 500 g slănină, 40 g sare, 2 g silitră, 2-3 g piper pisat, usturoi după gust.

Carnea de vită se curăţă de vine şi de pieliţe, se trece de două ori prin maşina de tocat, iar cea de porc numai o sigură dată. Se adaugă condimentele, se amestecă adăugîndu-se cîte puţină apă călduţă (50—60 ml la 1 kg de carne). Se umplu nu prea îndesat maţe subţiri, se leagă la capete cu sfoară şi se atîrnă pe o şipcă sau pe un băţ mai gros pentru zvîntare, după care se afumă la fum cald cîteva zile. Pentru a se putea păstra bine şi un timp mai îndelungat, cîrnaţii trebuie păstraţi într-o încăpere răcoroasă, uscată şi cu o bună aerisire.

1275. **Cîrnaţi olteneşti**

Pentru acest fel de cîrnaţi se foloseşte carnea de porc slabă, care se curăţă bine de tendoane şi pieliţe, se taie cît mai mărunt cu un cuţit foarte ascuţit, după care se toacă bine cu satîrul. După gust, se adaugă sare şi condimentele indicate în reţeta anterioară. Se amestecă bine, în care timp se adaugă cîte puţină zeamă călduţă de la oase fierte. Se umplu maţele mai subţiri şi se pun la zvîntat în plin aer rece pentru 2—3 zile, după care se pun la afumat. Aceşti cîrnaţi pot fi păstraţi timp mai îndelungat.

1276. **Cîrnaţi măcelăreşti de Burdujeni**

750 g carne de porc, 300 g carne de vită, 25 g sare, 2 g silitră, 1 g piper, 3 g boia de ardei, 2 g ienibahar, 1/2 căpăţînă de usturoi. (Cantităţile pot fi mărite).

Această reţetă este cea mai potrivită pentru prepararea cîrnaţilor, respectîndu-se numai următoarele indicaţii:

1) La 750 g carne de porc se adaugă 250—300 g carne de vită.

2) Carnea de porc curată, fără tendoane şi pieliţe, se taie în felii subţiri de 1 cm grosime şi se freacă cu un amestec de 25 g sare şi 1 g silitră socotit la 1 kg de carne. După aceea, carnea se pune într-un vas, se îndeasă bine, se acoperă cu hîrtie pergament şi se ţine 2—3 zile într-o încăpere răcoroasă.

3) Carnea de vită, fără tendoane şi pieliţe, se trece de două ori prin maşina de tocat, se adaugă la 1 kg de carne 20—30 g sare, 1—2 g silitră şi 1 g piper pisat; totul e amestecă bine prin frămîntare pînă la obţinerea unei compoziţii uniforme (pastă). Apoi se pune într-un vas potrivit, care se acoperă şi se pune tot într-o încăpere răcoroasă pentru 1—2 zile.

4) După ce carnea de porc şi cea de vită au stat separat zilele indicate, la răcoare, se iau, se amestecă bine împreună şi apoi se dă totul prin maşina de tocat cu sită rară; se adaugă condimentele şi se amestecă din nou bine. Dacă compoziţia de tocătură este prea groasă, se poate adăuga puţină supă de oase sau apă călduţă, după care se umplu maţele şi se leagă la capete. Se pot face şi cîrnaţi mai scurţi, de 15—20 cm lungime, care se pun mai întîi la zvîntat, iar după aceea, pentru 2—3 zile, la afumat, sau pot fi folosiţi prăjiţi sau fierţi cît sînt proaspeţi. Cînd sînt bine afumaţi, pot fi cosumaţi şi cruzi, fără să fie prăjiţi. Cînd urmează să fie fierţi, se pun în apă caldă şi se fierb fără clocot, altfel plesnesc.

Referitor la folosirea silitrei la prepararea cîrnaţilor, trebuie avut grijă ca aceasta să fie întrebuinţată numai în proporţia indicată, deoarece altfel este dăunătoare sănătăţii. Silitra se adaugă la carnea pentru cîrnaţi spre a o face mai fragedă; de asemenea este uşor antiseptică şi menţine o culoare mai roză a cărnii.

1277. **Cîrnaţi ţărăneşti**

1 kg carne de porc, 300 g slănină, 25-30 g sare, 300 g cartofi, 3 g piper pisat, ardei iute, cimbru, maţe subţiri.

Carnea de porc se trece prin maşina de tocat, adăugîndu-se la fiecare kilogram de carne 25 g sare, usturoi şi piper după gust. Se amestecă bine şi se lasă pentru 24 ore la temperatura de 16—18° C. La fiecare kilogram de carne se adaugă 300 g slănină fără şorici, tăiată în cubuleţe mărunte. Se pot adăuga şi 300 g cartofi fierţi şi daţi prin răzătoare. Se ames-

tecă bine, cu compoziția respectivă se umplu mațele, iar cîrnații se agață pe o prăjină pentru zvîntat. După 1—2 zile cîrnații se pun pentru 2—3 zile la afumat.

1278. **Trandafiri moldovenești**

1 kg carne de porc macră, 250 g slănină fragedă, 1/2 căpățînă de usturoi, coriandru, cimbru sau maghiran, sare, piper pisat, mațe subțiri.

Se dă carnea prin mașina de tocat. Se taie slănina cubulețe foarte mici, se amestecă cu carnea tocată, adăugîndu-se puțină apă cu zeamă de usturoi, sare și piper și cu această compoziție se umplu mațele. Pentru aceasta în locul sitei și al cuțitului, la mașina de tocat se aplică pîlnia de umplut cîrnați. Cîrnații se prăjesc într-o tigaie cu untură pe plită, la aragaz sau la cuptor, la foc potrivit, sau se frig la grătar. Se servesc cu garnitură de iahnie de fasole sau fasole bătută și cu murături.

1279. **Cîrnați de Cluj**

1 kg carne de porc macră fără tendoane, 200 g slănină, 3 căței de usturoi, 25 g sare, 25 g boia de ardei, coriandru, mațe.

Carnea și slănina se dau de 2 ori prin mașina de tocat, se amestecă bine cu toate condimentele și se umplu mațele la fel ca în rețeta precedentă.

1280. **Cîrnați haiducești**

1 kg carne de porc, 200 g slănină afumată, 25 g sare, piper, ardei iute, maghiran, coriandru, mațe de oaie.

Carnea de porc se toacă bine cu satîrul bine ascuțit, după care se amestecă cu slănina afumată, tocată puțin mai mare decît carnea, și cu condimentele. Se umplu mațe de oaie cu compoziția respectivă, apoi cîrnații se atîrnă la loc uscat, după care se afumă 5—7 zile. Pentru consum se prăjesc sau se frig pe grătar.

1281. **Crenvurști de casă**

500 g carne de vită tînără, 400 g carne de porc, 300 g slănină, 30 g sare, 1 lingură de boia de ardei dulce, 2 g piper, 1 nucșoară, 1 g chimen, mațe de oaie.

Acești cîrnați subțiri pot fi preparați în casă, dacă avem mațe de oaie subțiri. Carnea se curăță bine de tendoane și de pieliță, după care se trece de două ori prin mașina de tocat cu sita deasă. Se amestecă bine cu condimentele pisate (măcinate), adăugîndu-se apă rece atît cît absoarbe carnea, frămîntîndu-se bine, după care se pune pentru 1—2 ore într-un loc răcoros. Cu compoziția respectivă se umplu mațele, formîndu-se perechi de cîrnăciori, fiecare cîrnăcior avînd lungimea de 12—15 cm. Cîrnăciorii se consumă proaspeți, fierți timp de 5 min în apă cu sare. Se servesc calzi cu muștar sau cu hrean preparat cu oțet. Pentru păstrare pe timp limitat, se pot afuma ușor.

1282. **Salam de casă**

2 kg carne de porc, 500–700 g carne de vită, 60 g sare, 10–20 g piper pisat, 5 g ienibahar pisat, 1 căpățînă de usturoi, mațe de vită netede.

Carnea de porc se taie în cubulețe de 30—40 g fiecare, se freacă bine cu sare amestecată cu silitră (socotind la 1 kg de carne 20 g sare și 1 g silitră). Se amestecă bine cu compoziția de sare cu silitră pînă se va săra fiecare bucățică de carne, după care se așază într-un vas îngust, îndesîndu-se bine carnea ca să nu rămînă goluri de aer, se acoperă ermetic și se lasă 3 zile la o temperatură de 8—10°C. Între timp, se prepară carnea de vită de la gît în proporție de 250—300 g la fiecare kilogram de carne de porc. Carnea de vită se curăță bine de tendoane, pieliță și grăsime și se trece de două ori prin mașina de tocat cu sită deasă; la fiecare kilogram de carne de vită tocată se adăugă 20—25 g sare, 5 g piper pisat și o lingură de zeamă de usturoi pisat.

După ce tocătura a fost bine frămîntată, se adaugă carnea de porc preparată așa cum s-a arătat mai înainte. Se amestecă totul din nou, astfel ca fiecare bucățică de carne de porc să fie acoperită cu tocătura de vită, apoi cu compoziția respectivă se umplu mațele de vită. Umplerea se face îndesat, astfel ca să nu rămînă nici un spațiu gol. Eventualele goluri se vor înțepa cu acul pentru a scoate aerul din ele.

Salamurile se umplu la aceeași lungime, se leagă bine la capete sau și la mijloc, se șterg și se lasă agățate pentru zvîntat 1 zi, după care se pun pentru 3—4 zile la afumat.

După afumare, într-un vas adînc se pregătește apă fiartă, în care se introduc salamurile și se țin la foc mic, timp de 1 oră, la temperatura de 75—80°C, așezate în poziție verticală. După aceea se scot din apă, se șterg bine, se zvîntă și se pun din nou la afumat timp de 1—2 zile. Se păstrează agățate într-o încăpere uscată și răcoroasă. Din timp în timp salamurile se pot șterge cu vată înmuiată în ulei de muștar iute, care le ferește de mucegaiuri și microbi.

1283. **Purcel fript întreg**

Pentru fript întreg este bun numai purcelul de lapte, care încă nu a început să mănînce. Imediat după ce a fost tăiat, purcelul se opărește cu apă fiartă la care s-a adăugat a zecea parte apă rece. Se rade părul de pe el, iar după aceea se pîrlește, atîta cît să nu se înnegrească. După pîrlire se spală bine pe deasupra, se despică pe burtă, se scot măruntaiele, se mai spală o dată, iar după ce s-a scurs apa de pe el se sărează, iar codița și urechile se învelesc cu hîrtie unsă cu ulei pentru a se frige fără să se înnegrească. Pentru ca purcelul să-și păstreze forma netedă în timpul frigerii, se introduce în el o sticlă sau alt corp asemănător. Se poate menține forma lui și cu ajutorul unor șipci de lemn băgate înăuntru. Purcelul se unge cu ulei și se frige într-un vas în care se pune, de asemenea, ulei și 1—2 linguri de rom. În timpul frigerii, purcelul se unge cu uleiul din vas, operația repetîndu-se pînă ce pielea lui se rumenește; atunci se consideră oă este gata fript. Se poate servi întreg. Mai practic este de a-l tăia în bucăți care pe urmă vor fi asamblate în forma lui inițială. În gură se pune un măr mic sau o bucățică de hrean, iar în jur se decorează cu sfeclă tăiată mărunt, ceapă verde, ouă fierte, frunze de salată verde și alte legume.

1284. **Purcel umplut**

Se pregătește purcelul la fel ca în rețeta predecentă, iar umplutura se pregătește după cum urmează: se fierb plămînii și cînd sînt gata se lasă să se răcească, se adaugă la ei ficatul crud din purcel, ceapă călită, 100 g de franzelă înmuiată bine în lapte, se dă totul prin mașina de tocat carne,

se mai adaugă 2 gălbenuşuri, sare, piper, după gust, pătrunjel verde mărunţit. Se amestecă totul bine, iar spre sfîrşit se adaugă două albuşuri crude. Cu toată această compoziţie se umple purcelul, se coase şi se frige, stropindu-se pe deasupra cu grăsime. Se frige pînă la rumenirea frumoasă a pielii.

1285. **Ruladă de purcel**

Se pregăteşte purcelul ca în reţeta 1283, cu deosebirea că se taie capul şi picioarele, după acea se îndepărtează pielea în aşa fel ca aceasta să nu se rupă. Se poate lăsa o parte de carne, scoţîndu-se numai oasele şi unde este posibil carnea. Apoi se taie restul de carne rămasă pe oase, se adaugă ficatul şi totul se dă prin maşina de tocat cu sita măruntă. Se adaugă o legătură de pătrunjel verde bine mărunţit, 100 g ceapă tocată mărunt şi prăjită, 200—300 g slănină tăiată în cubuleţe mici, piper pisat şi sare, după gust. Totul se amestecă bine cu 2—3 gălbenuşuri şi albuşurile bătute şi se pune pe pielea de purcel pregătită întinsă; după dorinţă se mai pot pune ouă fierte tăiate în patru care se acoperă cu restul de umplutură. Se strînge bine rulada, se coase şi se pune pe un şervetel de pînză udat şi stors şi foarte curat. Se leagă bine la capete şi la mijloc şi se pune la fiert într-un vas de formă lungă. Se adaugă verdeţuri şi, după gust, oţet, sare, cîteva boabe de piper, o foaie de dafin, iar pe la margini se afundă oasele şi picioarele pentru a fi fierte împreună. (Din zeama obţinută, care este foarte concentrată, se poate prepara aspicul pentru garnitură.) Se fierbe timp de 2 ore socotit din momentul cînd dă în clocot.

Se încearcă apoi rulada dacă este fiartă, înţepîndu-se cu o aşchie subţire; dacă pe aşchia scoasă din ruladă nu apare suc de culoare roz, înseamnă că aceasta este fiartă. Atunci se ia de pe foc şi se mai lasă în zeama în care a fiert să se răcească puţin, după care se scoate, dar nu se dezleagă, şi se aşază pe o scîndură, deasupra se pune un fund de lemn, iar pe acesta o greutate, lăsîndu-se apoi la loc răcoros pînă se răceşte bine. Se serveşte rece, tăiată subţire şi cu garnitură de aspic pregătit din zeama în care a fiert rulada.

Prepararea garniturii de aspic. Zeama de la fierberea ruladei se strecoară, se îndepărtează toată grăsimea din ea şi se limpezeşte cu albuşuri. Pentru aceasta se bat 2—3 albuşuri cu cîteva linguri de apă rece, se toarnă acest amestec în zeamă şi se pune la fiert la foc lent. În timpul fierberii, zeama se va separa de albuşuri şi trebuie imediat separate prin strecurare printr-o bucată de tifon împăturită în trei. Zeama strecurată se pune la loc răcoros şi cînd se răceşte se taie în cubuleţe sau în alte forme, după dorinţă, cu care se garniseşte rulada.

1286. **Purcel fript în jumătăţi**

Se pregăteşte purcelul după reţeta 1283. După ce a fost curăţat se taie în două jumătăţi (fără cap) şi se săreză numai pe dinăuntru (să nu se săreze şoriciul, căci de la sare prinde crustă). Se îndreaptă jumătăţile cu ajutorul unor beţişoare introduse înăuntru şi se pune purcelul la fript într-o tavă unsă care se introduce în cuptorul bine încins, pentru a se rumeni rapid. În timpul frigerii, pielea se unge pe deasupra cu ulei. Pentru ca pielea să fie fragedă şi frumos rumenită, se adaugă în ulei o lingură de rom.

1287. **Carne de purcel pentru diferite mîncăruri**

Din carnea de purcel se pot prepara diferite mîncăruri, la fel ca din altă carne, cu deosebirea că, fiind fragedă, carnea de purcel se fierbe foarte repede, înaintea altor componente.

13.6. PREPARATE DIN CARNE DE VIȚEL

În afară de cele cîteva preparate specifice, din carne de vițel se mai pot prepara și alte diferite feluri de mîncăruri, la fel ca și din carne de porc sau de vită, ale căror rețete se întîlnesc în această lucrare.

1288. **Anghemacht de vițel**

1 kg piept de vițel, 100 g făină, 100 g unt sau untură, 100 g ceapă, 1 morcov, 1/2 țelină, 1/2 lămîie, sare, piper.

Carnea de vițel se spală, se scurge de apă, se taie în bucăți, se sărează și se prăjește într-o cratiță cu untură înfierbîntată. După ce carnea s-a prăjit puțin, se scoate în alt vas unde se mai înăbușă cu puțină apă, acoperită cu capac. În untura rămasă se călesc ceapa, morcovul și țelina, toate tăiate în felii subțiri și după ce s-au prăjit puțin, se adaugă făina și se mai prăjește 5—6 min, după care se stinge cu apă caldă și se lasă să fiarbă cîteva minute. Sosul se strecoară peste carne, se potrivește de sare, piper, sare sau zeamă de lămîie și se mai dă totul într-un clocot. Se servește cu cartofi fierți natur.

1289. **Blanchet din carne de vițel cu sos alb și orez**

1 kg carne de vițel, 250 g orez, 100 g untură, 50 g unt, 100 g făină, 1 ceapă, 1 morcov, 1/2 țelină, 2 ouă, lămîie.

Carnea de vițel se taie în bucăți (cîte 2 la porție), se spală, se pune într-un vas cu apă și se ține pe foc pînă se formează spuma (fără să dea în clocot), apoi imediat se scurge și se spală bine (atît carnea cît și vasul). Se pune din nou la fiert în oală, cu apă și sare. În timp, de cîte ori apare spuma se îndepărtează, apoi se adaugă zarzavatul crestat la capete și se fierb împreună pînă ce carnea este gata. Cantitatea de supă trebuie să fie cam 2 l, din care cu 1 l de supă se stinge sosul, iar cu restul de supă se prepară orezul.

Orezul în prealabil ales, spălat, scurs bine de apă se călește în jumătate din untură, se stinge cu supă fierbinte (1 l supă), se potrivește de sare, se acoperă și se ține pe foc slab sau la cuptor circa 20 min. Între timp, cu restul de untură și făină se prepară sosul: făina și restul de untură se pun într-o cratiță, se călește 5—6 min, după care se stinge cu 1 l de supă (zeama de la fiertul cărnii) și se lasă să fiarbă pînă se leagă ca o smîntînă, se potrivește de sare, se adaugă gălbenușurile de ouă și, după gust, se mai adaugă sare sau zeamă de lămîie.

La servire, orezul se pune cu un polonic sau cu o ceașcă unsă în care se presează bine apoi se răstoarnă pe rînd pe un platou sau direct în farfurie, iar alături se așază carnea peste care se toarnă sosul.

Pentru un gust mai bun, se poate stropi pe deasupra cu unt topit, iar peste orez se mai poate presăra și cașcaval ras.

1290. **Viţel cu sos alb şi legume**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, în loc de orez folosindu-se mai multe legume fierte separat. Legumele se taie, după gust, (în feliuţe sau în cuburi mici), punîndu-se la fiert mai întîi cele care fierb mai greu. După ce s-au fiert, legumele se scurg de zeamă şi peste ele se toarnă sosul. Se adaugă sare, puţină zeamă de lămîie şi piper. Se serveşte fierbinte cu carnea bine fiartă şi stropită cu unt sau cu smîntînă deasupra.

1291. **Pulpă de viţel cu sos de vin şi smîntînă**

1 kg pulpă de viţel, 100 ml vin, 200 g smîntînă, 1 linguriţă de făină, 1/2 lămîie, 100 g untură, sare.

Carnea de viţel de la pulpă se taie în felioare egale, se bate, se sărează, se trece prin făină şi se prăjeşte într-o tigaie cu untură înfierbîntată. După ce fileurile s-au prăjit pe ambele părţi, se sting cu puţină apă şi se înăbuşă pînă sînt aproape gata. Se adaugă vinul, smîntîna, sare, zeamă de lămîie, piper şi se mai lasă să dea în cîteva clocote domoale. Se serveşte cu garnitură de orez sau cu cartofi fierţi natur stropiţi cu unt şi presăraţi deasupra cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1292. **Pulpă de viţel (file) cu sos de ciuperci**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, iar la urmă, cînd carnea (fileul) este gata, se mai adaugă 200—300 g de ciuperci proaspete, spălate, tăiate în feliuţe subţiri şi călite puţin. Apoi, se mai fierb împreună 10—15 min, după care se mai poate adăuga şi smîntînă (100 g), cu care se mai lasă 5—6 min pe foc domol.

Se poate servi atît cu mămăliguţă cît şi cu cartofi fierţi natur.

1293. **Pilaf de viţel**

600 g - 1 kg piept de viţel, 200–300 g orez, 100 g untură, 50 g unt, 1 ceapă, 1 morcov, 1/2 ţelină sau 1 rădăcină de pătrunjel, cîteva boabe de piper, sare.

Pieptul de viţel se taie în bucăţi, se spală şi se pune la opărit. Apoi se spală din nou şi se pune la fiert cu puţină sare, piper boabe şi zarzavat. Orezul, spălat şi bine scurs de apă, se pune într-o cratiţă cu untură şi se călește 5—6 min, după care se stinge cu supa de la fiertul cărnii (la o parte de orez, 3 părţi supă), se acoperă şi se lasă pe marginea plitei 10—20 min. Se serveşte orezul pus în polonicul înmuiat în supă, presat şi apoi răsturnat pe carnea aşezată pe platou, după care se stropeşte cu unt pe deasupra.

1294. **Piept de viţel umplut**

Piept de viţel, 400 g carne de viţel, 300 g ficat de viţel, 100 g ceapă, 200 g franzelă, 2 ouă, 1 legătură pătrunjel verde, sare, piper.

Se ia un piept de viţel întreg tăiat pe la şira spinării, căruia i se scot coastele în aşa fel ca să nu se deterioreze (perforeze) carnea aflată între coaste. Pentru aceasta pe partea interioară a pieptului începînd de la capătul fiecărei coaste (partea cartilaginoasă), de-a lungul ei, se face cîte o tăietură pînă la şira spinării, se dă la o parte pieliţa subţire care acoperă fiecare coastă în parte, iar acestea se scot şi se pot folosi la supă.

Bucata de piept astfel obținută este formată din straturi de carne și pieliță care însă nu se îndepărtează, ci se despart în două cu ajutorul cuțitului, începînd din partea dinspre coloană (pe unde a fost tăiat pieptul la început), formînd un fel de buzunar în care se introduce următoarea umplutură: carnea, ficatul, ceapa călită, verdeața și franzela înmuiată se trec toate de două ori prin mașina de tocat. Se adaugă ouă, sare și piper, după gust, se amestecă totul bine și cu compoziția respectivă se umple pieptul de vițel. Se coase deschizătura prin care s-a introdus umplutura, apoi se așază într-o tavă cu puțină apă și ulei ca să nu se ardă și se introduce în cuptor. În timpul cît pieptul se frige la cuptor, se unge mereu cu jiul (sosul) format din tavă, pînă cînd se rumenește uniform. Se servește cald sau rece, cu diferite garnituri și salate.

1295. **Piept de vițel umplut cu orez și ciuperci**

Pieptul de vițel se pregătește la fel ca în rețeta precedentă, dar, în loc de umplutură de carne, se umple cu orez pregătit ca pilaful, la care se mai adaugă (la 300 g de orez) 300 g de ciuperci proaspete călite cu 100 g untură și 100 g ceapă.

1296. **Piept de vițel pane**

1 kg piept de vițel, 150 g untură, 50 g făină, 150 g pesmet, 2 ouă, sare, piper, 50 g unt.

Se folosește partea mai cărnoasă a pieptului; carnea se spală, se pune la opărit, după care se spală din nou, și din nou se pune la fiert cu apă caldă, sare, boabe de piper și o ceapă. După ce carnea a dat în fiert se micșorează focul ca să fiarbă lent, se curăță spuma și trebuie avut grijă să nu fiarbă prea mult. Apoi se lasă să se răcească în supa în care a fiert, după care se scot coastele, iar carnea se taie în felii potrivite care se dau prin făină, ou bătut și pesmet și se prăjesc în untură încinsă pe ambele părți. Se servește cu garnitură de piure de cartofi, mazăre sau morcovi sote, iar bucățile de piept se stropesc cu unt topit.

1297. **Pulpă de vițel la tavă**

Se ia o pulpă sau o bucată de carne de vițel, se sărează, se pune într-o tavă cu grăsime înfierbîntată și se introduce în cuptorul încins. În timpul cît pulpa este la cuptor trebuie mereu întoarsă și stropită cu grăsimea din tavă, pînă se rumenește și carnea este friptă. Se servește rece, sau caldă, tăiată în felii și cu garnituri după gust.

1298. **Cap și picioare de vițel în sos vinegretă**

Cap și picioare de vițel, 1 ceapă, 1 morcov, 1/2 țelină, piper, sare și sos vinegretă.

Se curăță capul și, după ce se scot ochii și creierul, se spală, se spală și picioarele de vițel și se pun la opărit, apoi se spală din nou și se pun la fiert cu sare și legume. La început, cînd a dat în primul clocot, se curăță de spumă, apoi se lasă să fiarbă pînă ce carnea se desprinde de pe oase. Se ia vasul de pe foc, se alege carnea de pe oase și se așază pe un platou. Zeama în care au fiert capul și picioarele se strecoară și dacă nu este suficient de gelatinoasă (concentrată) se mai lasă pe foc să scadă,

după care se toarnă peste carnea din platou. Se lasă să se închege și se servește cu sos vinegretă (v. rețeta 163).

1299. **Pacea din picioarele de vițel fierte**

Picioare de vițel, 1 ceapă, 1 morcov, 1/2 țelină, sare, oțet.

Pentru sos: *100 g untură, 100 g făină, 30 ml oțet, 2-3 ouă, usturoi, eventual nucșoară, sare, piper pisat.*

Cele patru picioare de vițel se taie pînă la genunchi, se curăță de tendoane, se spală, se opăresc și se pun la fiert cu apă și sare. După ce au dat în fiert se curăță de spumă, apoi se adaugă zarzavat de supă, pentru gust, și se fierbe pînă ce carnea se desprinde de pe oase. Se ia vasul de pe foc, se alege carnea și se taie în pătrățele, iar zeama se strecoară în alt vas. Între timp, se pune untură într-o cratiță pe foc, se adaugă făina, se călește pînă se îngălbenește puțin, se stinge cu supă (zeamă strecurată) și oțet, și după ce s-a amestecat bine ca să nu rămînă cocoloașe se mai amestecă în timp ce mai fierbe 5—6 min, după care se adaugă gălbenușurile, usturoi pisat și sare, după gust. Se mai lasă să fiarbă pînă se îngroașă ca ciulamaua, se adaugă carnea tăiată și se mai lasă să fiarbă 3—5 min. Se servește caldă, presărată cu nucșoară sau numai cu piper pisat.

13.7 PREPARATE DIN CARNE DE OVINE

În afară de cele cîteva rețete specifice, din carnea de oaie se mai prepară și alte mîncăruri la fel ca și cele preparate din carnea de porc sau de vită, prezente în lucrarea de față.

1300. **Anghemacht de miel**

Anghemachtul de miel se prepară la fel ca și *Anghemachtul de vițel* (v. rețeta 1288).

1301. **Blanchet de miel cu sos alb și orez**

Se prepară la fel ca *Blanchetul de vițel* (v. rețeta 1289), folosindu-se aceleași componente, dar în loc de carne de vițel se folosește carnea de miel.

1302. **Miel pane**

1 kg pulpă de miel, 3 ouă, sare, piper, făină, pesmet, untură pentru prăjit.

Carnea se taie în felii, se bate să fie subțire, se sărează, se trece prin făină, ou bătut și pesmet. Se prăjește bine pe ambele părți în untură înfierbîntată.

Se servește cu cartofi prăjiți și salată verde.

1303. **Miel cu spanac**

900 g carne de miel, 100 g untură, 60 g făină, 150 g ceapă, 50 g bulion, 1,5 kg spanac, piper, sare, zeamă sau sare de lămîie.

Carnea, tăiată bucăți, se prăjește în untură încinsă cît să se rumenească puțin. Apoi se scoate, se pune în altă cratiță, iar în untura rămasă se călește ceapa tăiată foarte mărunt, se adaugă făina, bulionul, se stinge cu apă caldă și se răstoarnă peste carne. Se fierbe înăbușit pînă ce carnea este gata, după care se adaugă spanacul pregătit astfel: se curăță spanacul de cotoare și de frunzele îngălbenite, se spală în mai multe ape, se opărește și, după ce s-a răcit, se taie în bucăți de 4—5 cm și se adaugă la carnea prăjită. Se mai lasă să fiarbă împreună 10 min, în care timp se potrivește, după gust, de sare și de zeamă sau sare de lămîie.

1304. **Friptură de miel**

1,5 kg carne de miel, 60 ml ulei, sare.

Mielul, dacă este întreg, se taie pe șira spinării, exact în două, iar dacă este mai mare, se taie în sferturi, se sărează, se așază într-o tavă cu ulei încins și se introduce în cuptorul bine încins ca să se rumenească repede. Dacă cuptorul este slab încălzit, friptura nu iese fragedă.

Se servește cu cartofi prăjiți și salată verde.

1305. **Friptură din pulpă de berbec**

1,500 kg pulpă de berbec, 100 g untură, 1 căpățînă de usturoi, cimbru, piper boabe, 1 ceapă, 1 morcov.

Pulpa de berbec se împănează cu usturoi, se sărează, se pune într-o tavă cu untură înfierbîntată și se introduce în cuptor. După ce pulpa s-a rumenit pe toate părțile, se adaugă legumele tăiate în felii și puțină apă. Cînd friptura este bine pătrunsă și rumenită, se scoate din tavă, iar sosul se stinge cu puțină apă, se lasă să mai fiarbă cîteva minute după care se strecoară. Friptura se servește tăiată în felii subțiri peste care se toarnă sosul fierbinte, iar ca garnitură se adaugă fasole iahnie sau varză călită.

1306. **Frigărui de berbec (chebab)**

1-2 kg pulpă de berbec, 300 g ceapă, 2-3 ardei iuți, cimbru, piper, sare, 100 ml vin, 1 foaie de dafin, garnitură de orez.

Carnea de berbec (pulpa) se taie în felii subțiri, se condimentează cu un amestec de sare, piper, ardei, cimbru și foaie de dafin pisată și se așază într-un vas, ceapa tăiată felii presărîndu-se printre feliile de carne. Se toarnă vinul, se acoperă ermetic și se ține la rece 24 de ore pentru condimentare și frăgezire.

În momentul frigerii, carnea se scoate, se înfige toată pe o frigare mai mare și se frige rotindu-se deasupra cărbunilor încinși. În momentul în care porțiunea de carne de pe marginile din jurul frigării este friptă, aceasta se taie, continuîndu-se apoi mai departe frigerea și tăierea pînă ce toată carnea este gata. Bucățile de carne tăiate mai la început se pun într-un vas acoperit așezat într-un alt vas cu apă caldă.

Carnea se poate frige și pe frigări mai mici din lemn sau din metal inoxidabil, puse la grătar, ungîndu-se carnea din cînd în cînd cu ulei.

Se servește cu pilaf de orez în care se pune cîțiva ardei grași tăiați mărunt și cîteva roșii curățate de pieliță și de semințe. Acestea se fierb sau se țin cu orezul la cuptor timp de 20—30 min.

1307. **Pulpă de oaie cu sos picant şi knedel**

1 kg pulpă de oaie, 100 g untură, 100 g ceapă, 1 morcov, 1/2 ţelină, 100 g făină, 1 lingură de oţet, 1 foaie de dafin, usturoi, cîteva boabe de ienibahar sau piper, cimbru, bulion.

Pulpa de oaie se împănează cu usturoi, se sărează şi se prăjeşte într-o cratiţă cu untură. După ce s-a rumenit se scoate în alt vas, iar în untura rămasă se călesc ceapa şi legumele, toate tăiate în felii subţiri, se adaugă făina şi împreună se prăjesc pînă se rumenesc puţin. Se stinge cu bulion şi cu apă caldă, se adaugă muştar, piper sau ienibahar, foaie de dafin, oţet şi sare, după gust, se răstoarnă în vasul cu carne prăjită şi se fierb împreună pînă ce carnea este gata. Se scoate carnea pe un platou, se 5aie în felii, care se pun într-o cratiţă, iar peste acestea se strecoară sosul şi împreună cu carnea se mai fierb 5—6 min. Se poate adăuga 1 pahar de vin şi se lasă să mai fiarbă 5—6 min. Pentru un gust şi mai bun, se mai pot adăuga: smîntînă, ciuperci proaspete, sau uscate preparate din timp. Se serveşte cu găluşte (v. reţeta 1322) sau cu macaroane fierte stropite cu unt fierbinte.

1308. **Ghiveci cu carne de miel sau de berbec**

Se prepară la fel ca ghiveciul cu carne de porc (v. reţeta 1062).

1309. **Miel cu verdeţuri (caparma)**

1 kg carne de miel, 100 g untură, 100 g ceapă uscată, 20 fire de ceapă verde (fire subţiri), 20 fire de usturoi verde, 500 g spanac, cîteva legături de mărar şi pătrunjel verde, 50 g bulion, 1 lingură de făină, piper, sare, 100 ml vin.

Carnea se spală, se taie în bucăţi, se sărează şi se prăjeşte într-o cratiţă cu puţină untură. După ce carnea s-a prăjit puţin se scoate în alt vas, iar în untura rămasă se călesţe ceapa tăiată mărunt, făina şi se prăjeşte pînă se rumeneşte puţin, se adauga bulionul, şi se stinge cu apă călduţă. Se răstoarnă totul peste carnea prăjită şi se fierb împreună pînă se înmoaie carnea, la care se adaugă restul de componente: ceapa verde, usturoiul verde, celelalte verdeţuri, spanacul, toate alese, curăţate, spălate în mai multe ape, tăiate în bucăţi lungi de 4—5 cm şi călite în restul de untură. Se potrivesc de sare, piper şi se mai lasă să fiarbă circa 20—30 min, după care se adaugă vinul şi se mai dă într-un clocot, sau dacă mîncarea este prea zemoasă se introduce în cuptor ca să mai scadă.

1310. **Stufat de miel**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, cu deosebirea că dintre componente lipsesc spanacul şi vinul, gustul stufatului potrivindu-se cu oţet sau cu zeamă de lămîie.

1311. **Cîrnaţi de Buzău cu carne de oaie**

1-1,5 kg carne de oaie, 30 g sare, 2 g silitră, 1 linguriţă de ardei iute sau de piper pisat.

Carnea se spală, se zvîntă şi se trece prin maşina de tocat, apoi se amestecă cu toate celelalte componente prevăzute în reţetă şi cu puţină

apă călduță, după care cu compoziția respectivă se umplu mațe de oaie. Cîrnații se lasă 1 zi la zvîntat, după care se pun 2—3 zile la fum. Acești cîrnați sînt iuți.

1312. **Patricieni din carne de berbec**

1 kg carne de berbec macră de la ceafă, 1/2 căpățînă de usturoi, 25 g sare, 1 g piper, 1 fir de cimbru, 4 m mațe.

Carnea se spală, se taie în bucăți și se dă prin mașina de tocat, apoi se amestecă adăugîndu-se sare, piper, cimbru cernut și usturoiul pisat și strecurat (se folosește numai zeama de la usturoi).

Dacă la amestecare tocătura pare prea deasă, se poate adăuga cîte puțină apă, amestecîndu-se bine. Se umplu mațele ținute în prealabil 1 oră în apă rece. După ce s-au umplut și pînă se frig, patricienii se țin la rece. Se servesc cu diferite garnituri: fasole iahnie, varză călită sau piure de cartofi.

1313. **Friptură de oaie sau de miel haiducească**

1 miel întreg de 10-16 kg sau 1 oaie, cîteva cepe, 1 pahar de vin, sare, cimbru.

După tăierea mielului sau a oii, fără să se jupoaie blana, se scot intestinele și măruntaiele. Apoi se spală bine înăuntru, se sărează, se introduc cîteva cepe tăiate în felii, interiorul se presară cu cimbru, se stropește cu vin și se coase. Între timp, se pregătește un cuptor improvizat, sub cerul liber, făcînd o groapă ceva mai spațioasă decît volumul mielului sau al oii, în care se face focul cu lemne de fag pentru a obține jar cît mai mult și mai bun. Se unge blana cu un strat de lut (pămînt galben și apă) de 1—3 cm grosime, se zvîntă puțin, se acoperă pe toate părțile cu jar și cenușă, iar deasupra se pune și pămîntul care s-a scos din groapă. După 3—4 ore, cînd se va produce o pocnitură, înseamnă că mielul (oaia) este gata. Atunci se scoate pe o scîndură curată, se despică în două, apoi se taie în bucăți și se servește.

1314. **Pastramă de oaie**

Carne de oaie, sare, silitră, usturoi, cimbru, coriandru.

După ce s-au scos toate oasele și grăsimea din carnea de oaie, carnea se sărează cu sare amestecată cu silitră (300 g sare, 3 g silitră),se așază într-o covată și peste carne se mai presară un strat de sare. Se lasă astfel 5—6 zile, în care timp se întoarce de cîteva ori. După aceea se scoate carnea, se scutură de sare și se ține 1—2 ore în apă rece la desărat, după care se clătește, se așază pe o scîndură și se acoperă cu alta pe care se pune o greutate, lăsîndu-se să se preseze timp de 1 zi. Apoi se unge cu un amestec de usturoi pisat cu sare, cimbru și coriandru, ținîndu-se astfel la macerat încă 1 zi, după care carnea se ține atîrnată sub streașină în aer liber pînă se usucă. Se păstrează în cămară, atîrnată în curent de aer uscat.

Pastrama se frige la grătar sau se prăjește în tigaie. Se servește foarte fierbinte, cu mămăliguță caldă și cu vin nou.

14. *PREPARATE DIN MĂRUNTAIE*

1315. **Limbă cu măsline**

1 limbă de vacă sau 1 kg limbă de porc, 150 g măsline, 100 ml ulei, 50 g bulion, 1 ceapă, 1 ţelină, 100 ml vin, cîteva boabe de piper, 1 foaie de dafin, sare.

Limba fără slung se spală, se pune la opărit, apoi se spală din nou şi se pune la fiert. Cînd a dat în fiert se spumuieşte şi se fierbe în continuare lent, pînă cînd la încercare intră furculiţa uşor în ea. Cînd limba este fiartă se pune în apă rece, apoi se curăţă de pieliţă; se taie în felii şi se pune într-o cratiţă cu sos, care se prepară în felul următor: ceapa şi ţelina se curăţă, se spală, se taie subţire şi se pun într-o cratiţă cu uleiul înfierbîntat să se prăjească puţin; se adaugă făina şi se mai prăjeşte 5—10 min, după care se adaugă bulionul, piperul, foaia de dafin şi se stinge cu vin şi apă caldă, sau cu zeamă de la fiertul limbii şi se lasă să fiarbă 20—30 min. Se strecoară în cratiţa cu limba tăiată felii, se adaugă măslinele opărite şi se mai fierb împreună 10—15 min. Se pot adăuga şi cîteva felii de lămîie curăţate de coajă, sau se serveşte cu felii de lămîie crudă. Se serveşte rece.

1316. **Limbă cu mărar sau cu tarhon**

Limba se fierbe la fel ca în reţeta anterioară; la fel se prepară şi sosul. Mărarul sau tarhonul se curăţă de cotoare, se opăreşte în apă clocotită, cu sare, apoi se taie potrivit şi se introduce în cratiţa cu limba tăiată în felii. Se potriveşte de sare şi de zeamă de lămîie sau de oţet (sau vin) şi se mai dă în fiert 10—15 min.

1317. **Limbă cu sos tomat**

Limba de vacă se fierbe la fel ca în reţeta „Limbă cu măsline", după care se taie în felii subţiri şi se aşază într-o cratiţă, peste ea turnîndu-se sosul (v. reţeta 197). Apoi se potriveşte de sare şi se mai fierbe 5—6 min. Se serveşte cu piure de cartofi sau cu cartofi fierţi natur şi presăraţi cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1318. **Ficat prăjit cu ceapă**

600 g ficat, 500 g ceapă, 150 ml ulei, 1 lingură de făină, 1 kg cartofi, 1 legătură de pătrunjel verde, sare, piper, 100 ml vin.

Ficatul se taie în felii, se dă prin făină și se prăjește în 50 ml ulei înfierbîntat, apoi se scoate în alt vas, iar uleiul în care s-a prăjit ficatul se stinge cu vin sau cu 1—2 linguri de apă caldă, se potrivește de sare și piper, se dă într-un clocot, după care se strecoară peste feliile de ficat. În restul de ulei se prăjește ceapa tăiată în felii foarte subțiri și pudrată cu puțină făină. Ceapa se prăjește pe rînd cîte puțină, pînă la culoarea aurie. Ficatul se servește cu cartofi piure sau fierți natur, presărați cu pătrunjel verde tăiat mărunt, iar peste feliile de ficat se pun ceapă prăjită și sosul de ficat.

1319. **Sote de ficat**

Se pregătește din ficat de porc, de ovine sau de pasăre. Se taie ficatul în cubulețe și se pune la prăjit în untură încinsă, pe foc iute, ca să se facă repede (5—10 min). Se amestecă mereu, iar cînd ficatul începe să lucească, este gata. Trebuie să rămînă în mijloc puțin roz. Se sărează după ce se scoate din tigaie. Dacă se sărează în timpul frigerii se întărește. Se servește cu piure de cartofi.

1320. **Sote de ficat cu ceapă**

Se taie ceapa mărunt sau felii foarte subțiri și se călește în ulei sau în untură, pînă începe să devină aurie. Se scoate în alt vas, iar în uleiul rămas se prăjește ficatul tăiat cubulețe. După ce s-a prăjit și ficatul se adaugă ceapa, se amestecă și se răstoarnă pe un platou, punîndu-se ceapa deasupra ficatului. Se servește cu orez, piure de cartofi sau cu cartofi fierți natur, presărați cu verdeață tăiată mărunt.

1321. **Sote de rinichi**

Se taie rinichiul în două pe lungime, se curăță de fibre și se opărește. Se taie apoi în cubulețe și se prăjește în untură fierbinte pînă se rumenește, după care se scoate, iar în untura rămasă se călește ceapă tăiată mărunt, apoi se adaugă 20—30 g făină, 1 linguriță de boia de ardei sau 30 g bulion; se stinge cu supă de oase sau cu apă fierbinte, se potrivește de sare și piper, se toarnă peste rinichi și se mai fierb împreună 10—15 min.

Se servește cu cartofi fierți natur sau cu piure de cartofi.

1322. **Tocană de plămîni cu găluște de franzelă**

1 kg plămîni de vițel sau de porc, 150 g ceapă, 100 g untură, 50 g făină, 1/4 linguriță boia de ardei, 1 căpățînă de usturoi, 1 lingură de muștar, 1 foaie dafin, piper, 100 g smîntînă, oțet.

Pentru găluște: *2 ouă, 250 g franzelă, 200 g făină, sare.*

Plămînii se taie în bucăți, se spală și se pun la fiert în apă cu sare. După ce au fiert 1 oră, se scot în apă rece.

Între timp, se taie ceapa mărunt și se pune la prăjit într-o cratiță cu untură înfierbîntată, se adaugă 50 g făină și se amestecă împreună pe foc pînă se vor rumeni, apoi se mai adaugă usturoi tăiat mărunt, boiaua de ardei, muștarul, oțet, după gust și se stinge cu zeama de la fiertul plămînilor. Se potrivește de sare și de piper și se adaugă o foaie de dafin și plămînii, apoi se lasă să mai fiarbă împreună 20—30 min, după care se adaugă găluștele și smîntîna și împreună se mai fierb 5 min.

1323. **Găluşte de franzelă (knede)**

200 g făină, 2 ouă, 250 g franzelă veche (de 2 zile).

Se curăţă franzela de coajă, se taie în felii care se pun la înmuiat în lapte sau în apă rece, după care se storc repede, se pun într-un castron, se adaugă ouăle sparte, făina. sare şi se amestecă lejer.

Între timp, se pune o cratiţă încăpătoare cu apă şi sare pe foc şi cînd dă în clocot, din compoziţia pregătită se fac cu mîna găluştele şi se fierb acoperite cu un capac, 10 min. Între timp se scutură cratiţa ca să nu se lipească găluştele de fund.

1324. **Uger de vacă pane**

1 kg uger de vacă, 2-3 ouă, 150 g pesmet, 1 lingură cu vîrf de făină, sare, 1 lămîie.

Ugerul de vacă se curăţă, se opăreşte, apoi se spală şi se pune la fiert cu apă şi sare. După 2—3 ore de fierbere, cînd este bine pătruns, se scoate, se răceşte, se taie în felii, care se trec prin făină, ouă şi pesmet, şi se prăjesc în untură, rumenindu-se pe ambele părţi. Se serveşte cu garnitură de legume, iar peste feliile de uger se pune cîte o felie de lămîie.

1325. **Uger de vacă cu sos tomat**

1 kg uger de vacă, 100 g untură sau ulei, 150 g ceapă, 60 g bulion, 1 morcov, 1/2 ţelină, 50 g făină, 100 ml vin, cîteva boabe de piper.

Ugerul de vacă se curăţă de pieliţă, se opăreşte, se spală şi se pune la fiert cu apă şi sare. Între timp se pune untura într-o cratiţă, în care se călesc împreună ceapa, morcovul şi ţelina tăiată mărunt şi făina pînă se rumenesc uşor. Se adaugă bulionul, boabe de piper, vinul şi se stinge cu 2—3 pahare de zeamă de la fiertul ugerului, după care se lasă să mai fiarbă 20—30 min. Se strecoară sosul într-o crăticioară în care se pune şi ugerul tăiat felii, se potriveşte de sare şi se mai dă în cîteva clocote. Se serveşte cu cartofi fierţi natur, presăraţi cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1326. **Uger de vacă cu măsline**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, cu aceleaşi componente şi cantităţi, cu deosebirea că se mai adaugă 150 g măsline opărite, cîteva felii de lămîie şi împreună cu ugerul tăiat felii se mai fierb 5—6 min.

1327. **Uger de bovine sau porcine la grătar**

Ugerul se curăţă de pieliţe, se opăreşte şi se pune la fiert. După ce a fiert se răceşte, se taie în felii, care se sărează, se trec prin mălai şi se aşază pe grătar încins, frigîndu-se pe ambele părţi.

1328. **Momiţe la grătar**

Momiţe de viţel se sărează, se stropesc cu puţin ulei, se amestecă şi se înşiră pe frigare (vergele de oţel sau beţişoare de lemn subţiate şi ascuţite la un capăt) sau se pun pe grătar şi se frig În timpul frigerii se întorc şi se ung cu ulei.

1329. **Fudulii de berbec la grătar**

Fuduliile se pun într-un vas cu apă rece, sare și 1—2 linguri de oțet (la 1 l de apă). Se lasă 20—30 min, după care se scot, se taie în lung, se desface pieliţa exterioară, se sărează și se frig pe ambele părți la grătar sau în tigaia unsă cu ulei, pe foc puternic.

1330. **Tuslama**

1 kg burtă de vacă, 1-2 picioare de vacă, 1 căpățînă de usturoi, sare, eventual și hrean.

Burta se curăță, se spală bine, iar picioarele, dacă este nevoie, se pîrlesc, apoi se spală și, împreună cu burta, se pun la foc într-o oală cu apă rece. După opărire se spală atît burta și picioarele cît și oala, apoi pe fundul oalei se așază picioarele sparte în 2—3 bucăți, iar peste ele se pune burta tăiată în fîșii, se umple oala cu apă și se fierb neîntrerupt 5—6 ore. Se adaugă sare și după cîteva clocote se curăță de spumă. În timpul fierberii, oala se acoperă cu o farfurie adîncă sau plată care ține loc de capac și totodată ca greutate care să apese burta ca să nu iasă afară din zeamă. Cînd burta este bine fiartă, se scoate și după ce s-a zvîntat puțin se taie în fîșii mai mici sau în pătrățele; la fel se taie și carnea scoasă de pe picioare și se pun într-un vas în care s-a strecurat zeama în care a fiert burta și se mai dau împreună în cîteva clocote. Se ia apoi vasul de pe foc și după ce s-a răcit puțin se drege cu mujdei de usturoi. La servire se poate pune la masă și hrean ras, potrivit cu sare și oțet.

1331. **Drob de miel**

1 kg măruntaie de miel, 500 g ficat de miel, 150 g ceapă, 3-4 ouă, 100 g făină, 150 g untură, verdeață, piper, sare, 1 prapur de miel.

Măruntaiele se taie în bucăți, se spală, se opăresc și apoi se pun la fiert cu apă și sare. După ce s-au fiert, se lasă să se răcească și se trec prin mașina de tocat. Între timp, ceapa se taie mărunt și se călește în untură, la care se adaugă măruntaiele fierte date prin mașină, sare și piper și împreună se mai prăjesc 10—15 min pe foc iute, amestecîndu-se tot timpul să nu se prindă. Se lasă să se răcească puțin, apoi se adaugă 1—2 ouă, verdeață tăiată mărunt, sare, se amestecă totul bine și se împarte în cîteva porții care se pun pe bucăți de prapur care a fost ținut în prealabil în apă rece. După ce s-a înfășurat bine tocătura, se dă fiecărei bucăți o formă rotundă, după care se trec prin făină și prin ou bătut și se prăjesc pe ambele părți într-o tigaie cu untură înfierbîntată, la foc mic, ca să se pătrundă bine înăuntru.

Se poate umple prapurul întreg cu compoziția de drob sau se poate pune într-o tavă și apoi se coace în cuptor. Între timp, cînd drobul începe să se rumenească în cuptor, se toarnă peste el 1—2 ouă bătute cu 1—2 linguri de smîntînă sau iaurt și 1/2 lingură de făină și se lasă din nou în cuptor pînă se rumenește bine toată suprafața.

1332. **Drob de miel în foi de clătite**

Se pregătește la fel ca în rețeta precedentă, în loc de prapur întrebuințîndu-se foi de clătite. Foile de clătite se prepară fără zahăr, se coc foarte subțiri și nerumenite. Se unge o formă, se tapetează cu foi de

clătite, se așază tocătura de drob, se acoperă cu restul de foi, se unge cu ou bătut, se presară cu caşcaval ras și se introduce în cuptor la foc potrivit, lăsîndu-se pînă se rumenește.

15. *PREPARATE DIN VÎNAT*

Pregătirea vînatului, conform regulilor gastronomice, este condiționată atît de fezandarea cît și de marinarea lui în baiț, cu excepția prepeliților și a unor exemplare tinere care se prepară proaspete, sau se pun la macerat pentru 2—3 ore (pentru prepararea marinatei de macerare vezi rețeta 1333).

Vînatul, după ce a fost împușcat, se spintecă pe burtă, se scot organele interne, după care se ține atîrnat într-o încăpere răcoroasă. Durata ținerii vînatului în blană, sau în pene, pentru fezandare (frăgezire) și după aceea și în marinată, se stabilește în funcție de vîrsta lui și de temperatura aerului. Cu cît timpul este mai friguros, cu atît vînatul se poate ține mai multe zile în blană sau în pene pentru fezandare sau în baiț pentru marinare (2—3—6 zile).

Marinarea are drept scop înlăturarea mirosului neplăcut, specific vînatului; în același timp carnea marinată capătă gust plăcut și aromat. În toată perioada în care stă în baiț, carnea trebuie întoarsă o dată pe zi și ținută acoperită la rece (fără să înghețe).

Carnea se ține tot timpul în baiț pînă la preparare, altfel se înnegrește și se usucă pe deasupra.

Marinata (baițul) se prepară în mai multe feluri: marinată pentru macerare (marinare) rapidă (v. rețeta 1333); marinată cu legume crude (v. rețeta 1334); marinată fiartă (v. rețeta 1335).

Împănarea cărnii de vînat se face cu șuvițe de slănină și cu usturoi, avînd drept scop ca friptura să iasă fragedă, aromată și gustoasă.

În loc de împănare, carnea se poate presăra cu usturoi tocat și se poate înveli apoi în felii de slănină tăiate cît mai subțire, după care totul se leagă cu ață pentru a nu se scurge sucul din carne în timpul frigerii.

15.1. PREPARATE DIN VÎNAT CU PENE

Vînatul cu pene, ca și cel cu păr, se marinează în baiț cu oțet condimentat, sau cu vin și legume. (Pentru prepararea marinatei v. rețeta următoare.) Marinarea se face nu numai pentru a frăgezi carnea, ci și pentru a da acesteia gust plăcut și de a înlătura mirosul neplăcut de baltă, mai ales la păsări (gîște, rațe și lișițe) care se hrănesc cu pește. Păsările sălbatice se golesc de intestine și de măruntaie, se șterg cu un prosop de bucătărie și se țin atîrnate cu capul în jos cîteva zile, afară la aer rece.

Prepelițele și fazanii tineri se pregătesc în stare proaspătă. Li se smulg penele fără să fie opărite si dacă se smulg greu, atunci se calcă

ușor cu mașina de călcat încinsă și se continuă repede smulsul acestora. Se trec apoi foarte repede printr-o flacără, după care li se scot mărunțaiele și plămînii, oprindu-se numai ficatul. De menționat că vînatul nu se curăță de pene decît în momentul cînd se pune la marinat sau cînd se prepară din el mîncarea dorită; altfel carnea se usucă și se înnegrește. Deci vînatul, în general, se ține în baiț (în marinată) tot timpul, pînă se consumă toată carnea. Păsările se țin în baiț acoperite, păstrîndu-se într-un loc răcoros și în tot acest timp se întorc din cînd în cînd.

1333. **Marinată (baiț) pentru macerare rapidă a cărnii de vînat**

În general, așa cum s-a arătat anterior, vînatul trebuie lăsat cîteva zile la fezandat și la marinat. În cazul în care avem vînat tînăr, sau dacă avem nevoie să-l preparăm în aceeași zi în care a fost vînat, atunci în loc să se pună carnea pentru 2—3 zile la marinat, se pune pentru 2—3 ore la macerat (marinare rapidă).

Pentru 2—3 kg de carne de vînat, componentele pentru macerare sînt următoarele: *2-3 cepe, 1/2 țelină, 1 morcov, cîteva boabe de piper, 1/2 linguriță de piper pisat, 1-2 foi de dafin, cîteva boabe de ienibahar, 1 ramură de cimbru, 100 ml vin negru sau roșu și sare.*

Păsările sălbatice mari, ca gîsca, rața, cocorul, lișița se taie în patru fără să se șteargă sau să se spele carnea. Carnea se sărează, se pune într-un vas, se adaugă toate componentele, se amestecă, se acoperă și se lasă la macerat 2—3 ore sau se ține la frigider 2—3 zile. Cînd se scoate de la macerat, carnea se scurge bine de zeama care s-a format. Pentru friptură, carnea se împănează cu slănină și cu usturoi. Zeama de la macerat se strecoară și se adaugă la mîncare cînd aceasta este aproape gata și împreună se mai fierb 5—6 min.

1334. **Marinată (baiț) cu legume crude, pentru carne de vînat**

Pentru cantitatea de 3 kg carne de vînat sînt necesare următoarele componente: *100 ml oțet, 200 ml vin, 50 ml ulei, cîteva boabe de piper și ienibahar, 1-2 foi de dafin, 1 ceapă, 1/2 țelină (ceapa și țelina se taie în felii subțiri), 1 ramură de cimbru, 1 căpățînă de usturoi sfărîmat, sare.*

Toate aceste componente se amestecă împreună, cu ele se ung bucățile de carne, se așază îndesat într-un vas smălțuit, și se țin la rece. Carnea marinată în acest fel poate sta cîteva zile; ea nu se scoate din marinată decît în momentul pregătirii mîncării, altfel se înnegrește.

1335. **Marinată fiartă (baiț) pentru carne de vînat**

Componentele pentru o rață sălbatică, gîscă sau lișiță, sînt următoarele: *200 ml apă, 100 ml oțet, 1/2 l vin negru sau roșu, 1 ceapă, 1 țelină, 1 rădăcină de pătrunjel (legumele se taie cît mai subțire), 1-2 foi de dafin, 1 ramură de cimbru, cîteva boabe de piper și de ienibahar, sare;* se mai pot adăuga *cîteva cuișoare, boabe de ienupăr și coajă de lămîie.*

Totul se pune la fiert într-un vas acoperit, se fierbe 5—6 min, după care se ia vasul de pe foc și se ține tot acoperit pînă se răcește. În cazul în care carnea se pregătește în aceeași zi, marinata se toarnă caldă peste vînat. Dacă vînatul se pregătește după cîteva zile, compoziția de marinată mai întîi se răcește și apoi se introduce carnea de vînat în ea, procedîndu-se la fel ca în rețeta precedentă.

1336. **Prepeliţe la frigare sau la grătar**

Pentru 6 porţii: *3 sau 6 prepeliţe, tot atîtea felii de slănină proaspătă, 30 g unt, piper pisat, sare, 6 felii de franzelă pentru crutoane.*

Prepeliţele se prepară proaspete. Se jumulesc, se pîrlesc la o flacără, se şterg, se scot intestinele şi plămînii care se aruncă, oprindu-se numai ficatul care se introduce în prepeliţa curăţată. Se sărează şi se piperează puţin, apoi se înveleşte fiecare prepeliţă mai întîi cu frunză de viţă unsă cu unt şi apoi peste aceasta cu o felie de slănină tăiată foarte subţire şi lată (eventual bătută puţin), care să cuprindă în întregime prepeliţa. Se leagă cu aţă sau se fixează cu scobitori, se înfig pe frigare şi se frig pe grătar încins sau pe jar de cărbuni, rotindu-se în timpul frigerii. După ce sînt fripte se scot de pe frigare, se înlătură apoi aţa, slănina şi frunza, iar prepeliţele se aşază pe crutoane de pîine prăjite în unt sau pe grătar. În lipsă de slănină şi de frunză de viţă, prepeliţele pot fi învelite cu hîrtie pergament unsă.

1337. **Prepeliţe la tavă**

3 prepeliţe, 50 g unt, foi de viţă, 3 felii de slănină, 1 pahar de vin sau supă de oase, 1 lingură de coniac, sare

Curăţatul prepeliţelor şi pregătirea lor se fac la fel ca în reţeta precedentă. Prepeliţele astfel pregătite se aşază într-o tavă unsă cu unt şi se introduc în cuptorul încins. Se frig 20—25 min şi între timp, din cînd în cînd, se stropesc cu sosul din tavă, care s-a lăsat din ele. Cînd sînt aproape gata se sting cu vin, cu o lingură de coniac şi cu un pahar de supă de oase. Cînd sînt gata, prepeliţele se scot din tavă, iar sosul se lasă să scadă pînă rămîn cam 5—6 linguri (dacă este prea mult sos acesta nu are gust bun). Se servesc pe un platou rotund, cu garnitură de pilaf de orez aşezat la mijloc ca o piramidă, în jurul căruia se aranjează prepeliţele (fără slănină), cu pieptii în sus, iar pe deasupra se toarnă sosul.

1338. **Prepeliţe înăbuşite**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, numai că prepeliţele nu se frig la cuptor, ci se înăbuşă într-o cratiţă cu capac. Trebuie avut grijă ca să se mişte cratiţa din cînd în cînd şi dacă zeama scade se mai adaugă cîte puţină supă de oase sau apă caldă. La urmă se sting cu vin şi cu o lingură de coniac. Se servesc la fel ca în reţeta precedentă.

1339. **Prepeliţe cu smîntînă**

3 prepeliţe, 100 g unt, 1 lămîie, 1 lingură de făină, 1 lingură de muştar, cîteva boabe de piper, 1 gălbenuş de ou, sare, 200 g smîntînă.

După ce prepeliţele au fost curăţate ca în reţetele precedente, se taie în două, în lung, se sărează puţin, se pun într-o cratiţă cu unt şi se înăbuşă sub capac pînă se rumenesc puţin. Între timp se mişcă cratiţa, întorcîndu-se şi bucăţile de carne. Se adaugă apoi făina, piperul boabe, zeama de lămîie, se stinge sosul cu un pahar de supă de oase sau cu apă călduţă şi se mai fierbe 10 min. După aceea se adaugă smîntîna amestecată cu muştar şi cu gălbenuş de ou şi se ia de pe foc.

1340. **Prepeliţe cu ciuperci şi cu smîntînă**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, numai că la urmă se adaugă ciupercile sote, pregătite separat astfel: ciupercile se curăţă şi se spală de cîteva ori în apă multă, ca să se îndepărteze nisipul de pe ele, după care se taie în felii subţiri şi se pun la prăjit într-o cratiţă cu unt, în care în prealabil s-a călit ceapa tăiată mărunt. Se adaugă sare, piper pisat, şi se înăbuşă pînă scade zeama lăsată de ciuperci, după care se adaugă la prepeliţele cu sosul de smîntînă şi se mai lasă să fiarbă împreună 5—6 min.

1341. **Prepeliţe cu mujdei de usturoi**

Se prepară înăbuşite în ulei sau în unt şi cînd sînt gata se adaugă mujdei de usturoi. Se servesc cu mămăliguţă caldă.

1342. **Pilaf de prepeliţe**

Pentru 6 porţii: *3 prepeliţe, 250 g orez, 100 g unt, 1 ceapă, 1 foaie de dafin, cîteva boabe de piper.*

Prepeliţele se curăţă ca în reţetele anterioare, se sărează, se introduc picioarele înăuntru, se leagă cu aţă, se aşază într-o cratiţă cu unt, se acoperă şi se înăbuşă pînă capătă o culoare aurie. Între timp se mişcă cratiţa întorcînd şi prepeliţele. Apoi se scot în alt vas, iar în untul rămas se prăjeşte ceapa tăiată mărunt şi se adaugă şi orezul ales, spălat şi bine scurs de apă. Se stinge orezul (după ce s-a prăjit împreună cu ceapa 5—6 min) cu de două ori şi jumătate mai multă apă clocotită decît cantitatea de orez. Se adaugă foaia de dafin, boabele de piper, se potriveşte de sare şi se dă în fiert 5—6 min, după care se amestecă şi peste orez se aşază prepeliţele (fără aţă) tăiate în două sau în patru. Se acoperă şi se introduc în cuptorul încălzit cu uşa deschisă, unde se ţin 20—25 min.

1343. **Prepeliţe cu mazăre verde**

Se prepară la fel ca *puiul cu mazăre* (v. reţeta 944).

1344. **Ciulama de prepeliţe**

Se prepară la fel ca *ciulamaua de porumbel* (v. reţeta 1052).

1345. **Prepeliţe umplute**

3 prepeliţe, 150 g pesmeţi, 3 ouă, 1 legătură de pătrunjel verde, 50 g unt, ficăţei de prepeliţă, piper, sare.

Prepeliţele se jumulesc, se pîrlesc la flacără, se şterg, li se scot intestinele, măruntaiele şi plămînii care se aruncă, oprindu-se numai ficatul care se introduce în umplutura pregătită astfel: se freacă gălbenuşurile cu unt, se adaugă pesmeţii sfărîmaţi, ficăţeii tocaţi, pătrunjelul verde tăiat mărunt, piper, sare şi albuşurile bătute spumă, toate amestecate lejer.

Prepeliţele umplute se pun într-o tavă unsă, se ung şi ele pe deasupra şi se introduc în cuptor. Se ţin la fript cam 30—40 min. Dacă cuptorul este mai încins se ţin maximum 20 min.

1346. **Potîrnichi la frigare**

Potîrnichile, în general, se prepară ca și prepelițele, numai că, după ce au fost împușcate, se țin atîrnate într-un loc răcoros, 24 de ore. Dacă timpul este friguros se pot ține și mai multe zile. Se curăță de pene (se jumulesc) numai în momentul în care se prepară mîncarea, altfel se înnegresc. După ce se curăță de pene, se trec prin flacără, li se scot intestinele care se aruncă, oprindu-se numai ficatul. Se șterg bine în interios și pe deasupra, picioarele se introduc înăuntru, după care se sărează puțin. Pentru frigere se învelește fiecare cu cîte o foaie de viță unsă cu unt și apoi într-o felie de slănină tăiată foarte subțire și atît de lată ca să cuprindă potîrnichea în întregime, după care se leagă cu ață. Se frig la frigare sau la cuptor, la fel ca și prepelițele. Înainte de a fi servite se dezleagă de ață și se servesc cu diverse garnituri, sau numai cu pilaf de orez.

1347. **Potîrnichi cu struguri**

3 potîrnichi, 100 g unt, 1 kg struguri tămîioși, 200 ml vin sec, 1 lingură de coniac, 50 g zahăr, 1/2 lingură de făină, zeama de la jumătate de lămîie.

Potîrnichile se curăță așa cum s-a arătat în rețeta precedentă, după care se taie în două sau în patru, se sărează puțin și se pun la prăjit cu jumătate din cantitatea de unt. Se prăjesc pe ambele părți pînă se rumenesc, apoi se scot în alt vas. În untul rămas se presară făină, se stinge cu lichidul cu care s-a stins zahărul caramelizat și se răstoarnă peste bucățile de potîrniche, lăsîndu-se să mai fiarbă cîteva minute. Între timp, se aleg boabe de struguri tămîioși (numai cele întregi și necrăpate), se pun într-o tavă unsă, împreună cu restul de unt, și se introduc în cuptorul încins, pentru 10 min, să se călească puțin. Apoi se sting cu vin și se răstoarnă peste bucățile de potîrnichi. Se adaugă coniacul, se potrivește la gust cu zeamă de lămîie și împreună se mai dau într-un singur clocot. Pentru a da un gust și mai plăcut se pot adăuga la urmă cîteva linguri de lichior „Cherry brandy" sau vișinată.

Se servește cu garnitură de pilaf de orez sau cu găluște de franzelă (v. rețeta 1323).

După aceeași rețetă se pot prepara și prepelițe cu struguri.

1348. **Potîrnichi înăbușite cu mere**

Potîrnichile se curăță ca în rețetele anterioare, oprindu-se numai ficatul. Se șterg bine în interior, se sărează puțin pe deasupra și în fiecare se introduce cîte o bucată de măr acrișor, cît încape în interiorul potîrnichii. Se coase, se ung cu unt și se înăbușă la fel ca și prepelițele.

Se servesc cu garnitură de pilaf de orez.

1349. **Sitari la frigare**

Sitari, felii de slănină, felii de franzelă, unt sare.

Sitarul, după ce a fost vînat, se ține 2—3 zile în pene, atîrnat cu capul în jos, într-un loc răcoros. Se curăță de pene numai dacă se frige imediat, altfel se înnegrește. Sitarul jumulit de pene se șterge mai întîi cu un prosop uscat de bucătărie, după care se trece prin flacără. Se face apoi o tăietură la gît prin care se scot gușa și pipota. Se înlătură fierea și mațul gros, iar restul de mațe și ficatul rămîne înăuntru sau se scot afară și se

prepară din ele separat tartine. Sitarul pregătit se sărează, pieptul se învelește cu o felie subțire de slănină, apoi se răsucește capul, iar ciocul se înfige prin felia de slănină în pulpă. Felia de slănină se leagă cu o ață ca să nu cadă. După aceea, sitarul se înfige pe frigare și se frige învîrtindu-se deasupra jarului potrivit de încins. Se servește cu cartofi prăjiți și cu salată de sezon, sitarul așezîndu-se pe cruton de pîine prăjit în unt.

1350. **Intestine și măruntaie de sitari**

După ce s-au scos intestinele și măruntaiele sitarului, se înlătură gușa, fierea și matul gros, iar pipota se golește, se curăță, se spală și se toacă împreună cu intestinele și ficatul. Se ia apoi o ceapă mică, se taie foarte mărunt, se pune la prăjit cu 30 g unt și, cînd începe să se rumenească puțin, se adaugă măruntaiele tocate mărunt, piper pisat, sare după gust și împreună se călesc 6—8 min. La urmă se mai adaugă pătrunjel verde tăiat mărunt și puțin vin alb, astfel încît compoziția să rămînă scăzută. Cu această compoziție se ung felii de franzelă prăjite în unt. Ele se servesc ca tartine la gustare, sau pe lîngă friptură de sitar.

1351. **Sitari la tavă**

Sitari, unt, sare, piper, o coală de hîrtie pergament.

Sitarul, după ce este curățat ca în rețeta 1349, se unge cu unt pe deasupra, se înfășoară într-o foaie de hîrtie pergament unsă cu unt, se așază într-o tavă unsă, se introduce în cuptorul bine încins și se frige 25—30 min.

1352. **Sitari înăbușiți**

Pentru înăbușire sitarii, după ce au fost curățați (v. rețeta 1349), se sărează, se piperează și, în loc să se învelească cu felii de slănină, se ung bine cu unt. Se așază într-o cratiță încăpătoare ca să stea mai distanțați, se adaugă unt, se acoperă cu un capac și se frig înăbușit pe foc iute. Din cînd în cînd se întorc și după ce s-au rumenit se micșorează focul și se mai înăbușă aproximativ 20 min. După aceea, se scot în alt vas, iar sosul format în tavă se stinge cu cîteva linguri de vin sau cu supă de oase, apoi se strecoară și se ține la cald. La servire sosul fierbinte se toarnă peste fripturi de sitari, care se servește cu cartofi prăjiți, mazăre verde, morcovi sote și, după gust, alte garnituri.

1353. **Fazan**

Fazanul nu se prepară în ziua în care a fost împușcat. Trebuie ținut cîteva zile, mai ales dacă este bătrîn, atîrnat cu capul în jos, pentru fezandare (frăgezire). Durata ținerii la frăgezire depinde de vîrsta fazanului și de temperatura la care se ține. Astfel, pe timp rece, fazanul se ține 2—5 zile atîrnat, iar pe timp mai puțin răcoros se ține 1—2 zile. Fazanul, ca și celelalte păsări sălbatice, nu se curăță de pene înainte, decît în momentul în care se pune la marinat sau cînd se prepară pentru gătit. După smulgerea penelor, fără ca să fie opărit fazanul se pîrlește se freacă cu puțin mălai, se spală și se șterge cu prosopul de bucătărie. Se scot apoi măruntaiele și se șterge înăuntru, fără să se spele cu apă. Fazanul tînăr nu se marinează, ci numai cel bătrîn. (Pentru marinare, v. rețetele 1333—1335.)

1354. **Fazan fript**

Dacă este tînăr, fazanul se frige fără să se țină la fezandat sau se poate face o marinare rapidă (după rețeta 1333), ținîndu-se în compoziția de marinare 2—3 ore, după care vînatul devine fraged și aromat. După aceea nu se mai sărează fiindcă a primit suficientă sare din marinată. Se dă apoi o anumită formă fazanului: aripile se răsucesc pe spate, iar picioarele se scurtează — se taie pînă la genunchi, se introduc înăuntru ca să-și păstreze forma și se leagă cu ață. Pieptul se învelește în felii subțiri de slănină și se leagă cu ață și slănina. (În lipsă de slănină se poate înveli cu o hîrtie unsă cu unt). Se așază apoi într-o tavă unsă și se introduce în cuptor. După 30—40 min de frigere se scoate hîrtia și se lasă să se mai frigă puțin și să se rumenească frumos. În tava în care se frige fazanul se pot pune și cîteva felii de ceapă, morcovi, țelină, boabe de piper și, ca acestea să nu se ardă, se adaugă din cînd în cînd cîte puțină apă, iar fazanul se unge cu sucul din tavă. Cînd este gata, se scoate fazanul din tavă, iar sosul ce a rămas plus legumele se sting cu un pahar de vin sau cu supă de oase, ori cu apă caldă. Se mai dă în fiert pentru cîteva minute, după care se strecoară, pasîndu-se și legumele în sos. Sosul se pune în sosieră și se servește fierbinte. Fazanul se taie în momentul servirii, ca să nu se răcească; dacă se încălzește, feliile se înnegresc și se usucă. Pulpele se taie în două, iar pieptul în felii, în așa fel ca la servire să aibă forma fazanului întreg. La servire se garnisește cu diferite garnituri: cartofi pai sau prăjiți, mazăre sote, morcov sote, mere sufle, ciuperci fripte și altele, la care nu trebuie să lipsească și cîteva foi de salată verde.

1355. **Fazan înăbușit**

Fazanul înăbușit se prepară la fel ca în rețeta precedentă, numai că se frige înăbușit într-un vas cu capac. În tot timpul înăbușirii se adaugă cîte puțină apă și se întoarce pe toate părțile. Cînd fazanul este gata, se scoate din vas, iar sosul se drege la fel ca în rețeta precedentă și se servește întocmai, cu garniturile respective.

1356. **Pilaf de fazan**

Se prepară la fel ca *pilaful de pui* (v. rețeta 967) sau de orice altă pasăre.

1357. **Fazan pane**

Se prepară la fel ca *puiul pane* (v. rețeta 914). Se recomandă fazanii tineri, altfel rămîn tari.

1358. **Fazan cu mazăre**

Se prepară la fel ca și *puiul cu mazăre* (v. rețeta 944).

1359. **Fazan servit în penaj**

După ce fazanul a fost împușcat și ținut în pene, atîrnat 2—3 zile, se decupează capul cu gîtul împreună, fără să se atingă cu cuțitul pieptul, apoi se taie aripile pe lîngă corp, iar coada se taie împreună cu vîrful tîrtiței pe care se păstrează penele cozii. Capetele părților decupate se freacă

cu sare sau se rumenesc în ulei încins pentru a se evita alterarea acestora.

Se curăță apoi fazanul smulgînd restul penelor și se trece deasupra flăcării ca să se pîrlească restul de puf. Se scot măruntaiele și în loc să se spele se șterge cu un șervet uscat, se sărează, se unge cu unt sau cu ulei, se înfășoară într-o hîrtie unsă și se frige într-o tavă unsă cu ulei și puțină apă, la cuptor.

După ce fazanul s-a fript, se lasă să se răcească. În acest timp se prepară 150—200 g de pastă de ficat din ficatul fazanului și cîțiva ficăței de alte păsări sau ficat de porc.

Prepararea pastei: se taie mărunt o ceapă, se prăjește în 50 g unt și după ce s-a rumenit puțin, se adaugă ficățeii și se călesc împreună pînă ce sînt gata (fără să se facă prea uscați), se răcesc, se trec prin mașina de tocat cu sita deasă, după care se mai freacă cu 50 g unt, se potrivește la gust de sare, piper și se mai adaugă o lingură de coniac. Cu această pastă se ung feliile tăiate din pieptul de fazan și se pun la loc, reconstituind forma întreagă a fazanului. Deci fazanul se taie în bucăți, în așa fel ca, cu ajutorul pastei, feliile din piept să se poată monta la loc, iar după aceea se ține la rece să se întărească pasta. Între timp se pregătesc penajul și crutonul din pîine. Crutonul se obține astfel: se taie o bucată de pîine de lungimea fazanului, lată de 8 cm, groasă de 5—6 cm și cu partea de sus puțin scobită, ca să se poată așeza fazanul. Crutonul format se prăjește în grăsime pînă capătă o crustă puțin aurie. Se așază fazanul pregătit pe cruton, apoi în cruton se înfige penajul (înfipt în prealabil în țepușe): capul în față, coada în spate, iar aripile întinse alături, ca să aibă un aspect mai frumos. După ce fazanul a fost pregătit, se decorează cu legume fierte, cu ou fiert și cu pătrunjel verde, imitînd flori, diferite motive și după aceea se napează cu aspic (se glasează). Pînă la servire se ține la rece, iar la servire, pe platou, în jurul fazanului se garnisește cu diverse legume, cartofi pai, roșii și foi de salată verde. Cînd începe servitul se prezintă așa cum s-a aranjat, apoi se scoate partea de dedesubt (suportul de cruton cu penaj), iar fazanul rămîne pe platou în mijlocul garniturilor.

1360. **Fazan cu ciuperci**

Se prepară la fel ca *puiul cu ciuperci* (v. rețeta 930).

1361. **Fazan umplut**

Se prepară la fel ca *găina umplută* (v. rețeta 1002) sau curcanul umplut (v. rețeta 1003).

1362. **Fazan cu măsline**

Se prepară la fel ca și *curcanul cu măsline* (v. rețeta 1023).

1363. **Galantină de fazan**

Se prepară la fel ca *galantina de pasăre* (v. rețeta 1008).

1364. **Ostropel de fazan**

Se prepară la fel ca *ostropelul de pui* (v. rețeta 959).

1365. **Fazan cu smîntînă**

1 fazan, 100-200 g smîntînă, 100 g făină, 1 lingură de muștar, 2-3 boabe de ienibahar, 1 lingură de zeamă de lămîie, piper pisat, sare, foaie de dafin.

Se taie fazanul în bucăți, se sărează și se prăjește pe ambele părți în unt înfierbîntat; cînd bucățile s-au rumenit, se presară cu făină și împreună se mai călesc 5—6 min. Se stinge cu apă caldă, se adaugă foaia de dafin, boabele de ienibahar și se lasă să fiarbă pînă se înmoaie carnea. Apoi se adaugă smîntîna amestecată cu muștarul și se potrivește la gust de sare și zeamă de lămîie. Se servește cu garnitură de orez sau cu mămăliguță.

1366. **Fazan cu mujdei de usturoi**

1 fazan, 1 căpățînă de usturoi, 2-3 linguri de ulei, 1 lămîie, piper, sare, 1/2 lingură bulion.

Se taie fazanul în bucăți, se sărează și se prăjește în ulei înfierbîntat sau se frige la grătar încins. În timpul frigerii la grătar, se unge cu ulei, iar dacă se frige la tigaie se acoperă cu un capac și, după ce carnea s-a rumenit, se adaugă puțină apă caldă sau supă de oase și se înăbușă pe foc mai slab, pînă ce carnea devine fragedă. Se adaugă usturoiul tocat mărunt, piperul pisat, bulionul și se potrivește la gust de sare și zeamă de lămîie. Se servește cu cartofi fierți natur sau cu mămăliguță caldă.

1367. **Fazan cu sos sivet** (sos de vin și arpagic)

1 fazan, 300 g ciuperci, 100 g costiță afumată, 100 ml vin, 500 g arpagic, 100 g unt, 1 ceapă, 30 g făină, 1 lingură de bulion, piper pisat, 1 legătură de verdeață, 5-6 felii de franzelă (crutoane).

Se taie fazanul în porții, se sărează și se pune la prăjit în unt. După ce bucățile sau rumenit se scot și se pun în alt vas, iar în untul rămas de la prăjit se adaugă ceapa tăiată mărunt și după ce s-a călit 5—6 min, se adaugă ciupercile tăiate subțire și se mai prăjesc împreună pînă scade zeama lăsată de ciuperci. Se presară cu făină, se stinge sosul cu vin și cu apă caldă, după care se răstoarnă peste carne, se mai adaugă piperul, bulionul, verdeața tăiată mărunt și cu totul se mai fierbe pe foc slab. Între timp, se taie costița și se prăjește pînă se rumenește, se scoate, iar în untura lăsată de costiță se înăbușă arpagicul curățat, la care se mai adaugă puțină apă și se înăbușă sub capac. Din cînd în cînd se scuturâ cratița, fără să se amestece cu lingura. După ce arpagicul s-a înmuiat, se răstoarnă peste carne, se adaugă pe deasupra felii de costiță, se potrivește la gust și dacă este nevoie se mai adaugă ceva lichid. (Mîncarea trebuie să fie scăzută). Mîncarea se mai introduce în cuptorul încins și se ține cam 10 min. După dorință, se servește pe crutoane de pîine prăjite în unt; se așază crutoanele pe un platou cald, iar pe acestea se pune cîte o porție de carne, peste care se toarnă sosul cu ciupercile, împreună cu arpagicul și costița, presărîndu-se pe deasupra cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1368. **Supă de fazan cu găluște de griș**

1 fazan, 1 ceapă, 1 morcov, 1/2 țelină, cîteva boabe de piper, 1 legătură de pătrunjel verde, sare, găluște.

Deoarece din fazanul bătrîn nu iese friptură fragedă, se va prepara supă, care este mai gustoasă decît din oricare altă pasăre. Fazanul pentru supă nu se marinează, dar din ziua împuşcării se ţine într-un loc răcoros cîteva zile, atîrnat cu capul în jos. După aceea se curăţă de pene, se pîrleşte, se freacă cu puţin mălai, se spală şi i se scot intestinele. Apoi se spală din nou şi se pune la fiert cu apă rece. După primul clocot se spumuieşte, se adaugă sare, zarzavatul de supă tăiat în patru la capete şi cîteva boabe de piper. (Zarzavatul tînăr se pune în supă cînd carnea fazanului este aproape fiartă). La urmă supa se strecoară. Se serveşte cu găluşte de griş (v. reţeta 672) sau cu tăiţei de casă (v. reţeta 675). Carnea se serveşte cu legumele din supă şi cu mujdei de usturoi.

1369. **Ciorbă de fazan à la grec**

Se prepară la fel ca *ciorba de pasăre (de găină) à la grec* (v. reţeta 631).

1370. **Gîscă sălbatică la tavă**

1 gîscă, 50 g untură, componente pentru pregatirea marinatei.

După ce a fost ţinută la fezandat, gîsca se curăţă de pene, se pîrleşte, apoi se freacă cu mălai şi se spală pe deasupra. Se scot măruntaiele şi se opresc numai inima şi ficatul, restul se aruncă. Se taie gîsca în patru şi se pune într-un vas pentru marinare. Separat se pun la fiert componentele pentru marinată: *100 ml oţet, 300 ml apa, 200 ml vin, cîteva feli de morcovi, ceapă, ţelină, 1-2 foi de dafin, cîteva boabe de piper, cimbru, 1 căpăţînă de usturoi, sare.*

Toate componentele la un loc se pun la fiert într-un vas acoperit, timp de 10 min, după care se ia marinata de pe foc şi se toarnă călduţă peste carne, ţinîndu-se apoi la loc răcoros. În acest mod, carnea de gîscă poate să se marineze în cîteva ore sau zile, aceasta depinzînd de vîrsta vînatului. În fiecare zi se întoarce carnea şi se ţine acoperită. Cînd se scoate carnea din marinată, se şterge, se pune într-o tavă groasă de tuci sau smălţuită, se unge cu untură, se toarnă puţină apă şi se introduce în cuptorul încins. Între timp, se întorc bucăţile ca să se rumenească bine pe toate părţile, după care se reduce focul şi se continuă frigerea ca să se pătrundă carnea. Dacă este tare carnea, se adaugă puţină apă sau zeamă de marinată şi se mai lasă la cuptor, iar dacă se rumeneşte şi nu este încă moale, se mai înăbuşă pe plită (plita poate fi înlocuită cu un disc din tablă groasă, pus pe ochiul aragazului). Frigerea unei gîşte mai bătrîne poate să dureze de la 2 pînă la 3 ore.

1371. **Gîscă sălbatică cu măsline**

1/2 gîscă, 250 g măsline, 1 lămîie, 100 ml ulei, 200 ml vin, 200 g ceapă, 30 g bulion, cîteva boabe de piper, 1 foaie de dafin, 1 ramură de cimbru, 1/2 lingură de făină.

Pregătirea gîştii se face la fel ca în reţeta precedentă, numai că în loc să se frigă în cuptor se pune la prăjit. Se taie în bucăţi potrivite, cîte o bucată sau cîte două bucăţi la o porţie, şi se prăjesc pe ambele părţi pînă se rumenesc. Se scot în alt vas, iar în uleiul rămas se călesţe ceapa tăiată mărunt, se adaugă făina, bulionul şi se stinge cu apă în cantităţi potrivite. Apoi se răstoarnă sosul peste carnea prăjită şi se mai fierb împreună pînă

se înmoaie carnea. După aceea se adaugă măslinele opărite, boabele de piper, cimbrul, foaia de dafin, coaja de la o lămîie, se potrivește de sare, se adaugă vin și împreună se mai fierb 10 min. Se servește caldă sau rece, garnisită cu felioare de lămîie subțiri. (În loc de vin se poate adăuga în mîncare zeamă de la marinată sau zeamă de lămîie).

1372. **Gîscă sălbatică cu ciuperci**

1,200 kg carne de gîscă, 400 g ciuperci, 100 ml ulei, 100 g ceapă, 100 ml vin, 1 legătură de pătrunjel verde, piper, sare.

Se prepară la fel ca *gîsca cu măsline*, numai că în loc de măsline se adaugă ciupercile pregătite sote. La urmă, în loc de felioare de lămîie, se presară pe deasupra pătrunjel verde tăiat mărunt.

1373. **Gîscă sălbatică cu varză murată**

Se prepară la fel ca *rața pe varză* (v. rețeta 1041). La fel se mai poate prepara gîscă sălbatică cu orez, gutui sau cu diverse legume.

1374. **Rață sălbatică la tavă sau înăbușită**

Atît marinarea cît și pregătirea raței sălbatice se face la fel ca în rețeta 1370. (Gîscă sălbatică la tavă.)

1375. **Rață sălbatică cu sos picant**

1 rață, 100 ml ulei, 100 ml vin, 1 lingură de bulion, 1 lingură de făină, 1/2 lingură de muștar, 100 g ceapă, 1/2 țelină, 200 g castraveciori, 1 foaie de dafin, cimbru, piper, oțet, sare.

După marinare rața se taie în bucăți care se prăjesc în ulei. Se scot bucățile într-o cratiță, iar în uleiul rămas se prăjește ceapa tăiată mărunt și după ce se călește puțin se adaugă făina, bulionul și se stinge cu apă caldă, apoi se răstoarnă peste bucățile de rață prăjite. Se adaugă castraveciorii curățați de coajă, de semințe și tocați foarte mărunt, piperul, foaia de dafin, cimbrul, muștarul și se lasă să fiarbă pînă ce carnea este gata. La urmă se adaugă vinul și se potrivește la gust de sare și de oțet, iar în timpul fierberii se adaugă zeamă de marinată strecurată. Se servește cu cartofi fierți natur, stropiți cu unt și presărați cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1376. **Ostropel de rață sălbatică**

Se pregătește la fel ca în rețeta precedentă, numai că în mîncare nu se pun castraveți. Se adaugă la urmă o căpățînă de usturoi tăiat foarte mărunt, călit puțin în ulei încins și stins cu oțet, apoi se răstoarnă peste mîncare cînd este gata și împreună se mai fierb 5—6 min. Se servește cu cartofi natur care se stropesc cu unt și se presară deasupra cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1377. **Rață sălbatică cu măsline**

Se prepară la fel ca *gîsca sălbatică cu măsline* (v. rețeta 1371).

1378. **Rață sălbatică cu castraveți murați**

1 rață, 1 kg castraveți murați, 100 g untură, 30 g bulion, 100 g ceapă, 2-3 roșii, 1 lingură cu vîrf de mărar verde tăiat mărunt, 1 lingură de făină, 1 frunză de dafin, sare.

După ce a stat în marinată, se scoate rața, se șterge și se taie în bucăți. Se trece prin făină și se pune la prăjit în untură încinsă. După ce bucățile s-au prăjit se scot în alt vas, iar în untura rămasă se prăjește ceapa tăiată mărunt și, după ce aceasta s-a prăjit puțin, se adaugă restul de făină, bulionul și se stinge cu apă caldă. Se lasă să dea în două-trei clocote, se răstoarnă peste carne și se lasă să fiarbă pînă ce carnea este aproape gata. Între timp, se curăță castraveții de coajă, se taie în cuburi mici, se pun într-un vas, se acoperă cu apă și se fierb 10—20 min, după care se scurg de apa în care au fiert. La castraveți se adaugă sosul de la mîncarea respectivă și se mai fierb pînă sînt gata. După aceea se răstoarnă peste carne, se potrivește la gust cu sare, se adaugă deasupra roșiile tăiate și se introduce în cuptorul încins, unde se ține pînă ce zeama scade potrivit, iar roșiile se rumenesc puțin. Mîncarea se servește fierbinte, presărată pe deasupra cu mărar proaspăt tăiat mărunt.

1379. **Rață sălbatică cu ciuperci**

Se prepară la fel ca și *gîsca cu ciuperci* (v. rețeta 1372).

1380. **Rață sălbatică cu varză murată**

Se prepară la fel ca și *rața pe varză* (v. rețeta 1041).

1381. **Lișiță la tavă cu sos picant**

1 lișiță, 100 g untură, 100 g slănină proaspătă, 200 g castraveți murați, 100 ml vin, 1 linguriță de muștar, 50 g bulion, 1/2 lingură făină, 100 g ceapă, 100 ml zeamă de marinată sau oțet, sare, cimbru, foaie de dafin, piper.

Lișița, ca și rața sălbatică, se ține 2—3 zile într-un loc răcoros, atîrnată pentru fezandare. Cînd timpul este rece se poate ține și mai multe zile. După fezandare, lișița se curăță de pene; dar cum penele se smulg foarte greu, este mai bine să se jupoaie de piele împreună cu penele. Se scot apoi măruntaiele, după care carnea se pune la marinat. (Pentru marinată v. rețetele 1333—1335.) Se scoate din marinată în momentul pregătirii mîncării, se șterge bine, se înfășoară în felii de slănină tăiată foarte subțire, se leagă cu o ață, se așază într-o cratiță unsă cu untură și se introduce în cuptor. După ce carnea s-a rumenit puțin, se adaugă legumele de la marinată sau altele (cîteva felii de ceapă, morcovi și țelină), cîteva boabe de piper, cimbru, o foaie de dafin și puțină apă. Se frige în continuare pînă ce carnea este gata, apoi se scoate friptura în alt vas, iar legumele se presară cu făină și împreună se prăjesc încă 10 min, după care se adaugă bulionul și se stinge cu vin și cu puțină apă, atît cît trebuie ca sosul să fie potrivit. Se dă în fiert și după 5—6 min se strecoară pasîndu-se. În sosul strecurat se adaugă castraveciorii curățați de coajă și tocați foarte mărunt, carnea de lișiță friptă și tăiată în bucăți, muștarul, piper pisat și se potrivește la gust de sare, oțet sau se adaugă zeamă de la marinare și împreună se mai fierb 20 min. Se servește cu găluște de cartofi sau cu pilaf de orez.

1382. **Lișiță cu măsline**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, numai că nu se învelește lișița în slănină și se prepară cu ulei în loc de untură, iar la urmă se adaugă în loc de castraveciori măslinele opărite separat pentru desărare. Cînd este aproape gata se adaugă felii de lămîie fără coajă și fără sîmburi și se mai lasă să dea în cîteva clocote. (În loc să se frigă lișița întreagă la cuptor, ea poate fi tăiată în bucăți și apoi prăjită.) După prăjire se scoate carnea în alt vas, iar în uleiul rămas se călesc legumele tăiate în felii subțiri, se adaugă o lingură de făină, bulion, mirodeniile și se stinge cu puțină apă. Se lasă să mai fiarbă 20—30 min, după care se strecoară pasînd legumele împreună cu sosul peste bucățile de lișiță prăjite și se lasă să mai fiarbă totul pînă ce carnea este gata. Se adaugă apoi măslinele, felii de lămîie, vinul, se gustă dacă mai este nevoie de sare și se mai dă în cîteva clocote. Se servește rece.

1383. **Lișiță cu ciuperci**

1 lișiță, 300–400 g ciuperci, 50 g untură, 50 g unt, 100–200 g ceapă, 1/2 lingură făină, 30 g bulion, 100 ml vin, 1 legătură de pătrunjel verde, piper, sare.

După ce lișița a fost ținută în baiț (marinată), se scoate, se șterge carnea, se taie în bucăți, se trece prin făină și se pune la prăjit în untură încinsă. După ce bucățile s-au prăjit, se scot în alt vas, iar în untura rămasă se prăjește ceapa tăiată mărunt, apoi se adaugă bulion și se stinge cu apă caldă. După cîteva clocote se strecoară sosul peste carne, lăsîndu-se la foc mic să fiarbă pînă se înmoaie carnea. Între timp se călesc ciupercile cu unt, puțină sare și piper, iar cînd scade zeama pe care au lăsat-o ciupercile, se adaugă vinul și se răstoarnă peste carne și împreună se mai fierb 10 min. La servire se presară cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1384. **Lișiță cu varză murată**

Se prepară la fel ca *rața pe varză* (v. rețeta 1041).

1385. **Lișiță cu castraveți murați**

Se prepară la fel ca *rața sălbatică cu castraveți murați* (v. rețeta 1378).

15.2. VÎNAT CU PĂR

Jupuirea iepurelui. Iepurele se agață de picioarele dinapoi în două cîrlige distanțate între ele la 12—16 cm.

Se începe prin a tăia pielea în jurul labelor, apoi de la încheieturile picioarelor de dinapoi se trage blana în jos de pe tot corpul, răsucind-o în același timp cu părul înăuntru.

Picioarele din față se taie de la încheieturi, urechile de asemenea, pentru a se putea jupui capul. Acolo unde pielea nu se desprinde de corp, ne ajutăm, tăind cu vîrful unui cuțitaș foarte ascuțit. După jupuire se controlează să nu rămînă păr pe corp. Se pune un vas sub iepure pentru scurgerea sîngelui, după care se spintecă pe burtă în lungul abdomenului pînă la piept și se scot organele cu mare atenție, pentru a nu se sparge

vezica biliară (fierea). Cînd se scoate inima, trebuie avut grijă ca sîngele să se scurgă în vasul amintit anterior. Sîngele și cheagurile de sînge se amestecă cu 200—300 ml vin (de preferat roșu) și se păstrează la rece. Acest amestec va fi folosit pentru pregătirea sosului la mîncarea de iepure sau pentru ciorbă de iepure. Carnea se taie în sferturi sau în porții (carnea nu se spală decît în locurile unde este murdară) și se pune la marinat, așa cum s-a arătat în partea introductivă a cap. 15.

Blana se presară cu sare, se freacă cu mălai, se întinde pe o scîndurică cu părul în jos, se bate pe margine cu cuie și se pune la uscat.

1386. **Friptură de iepure împănată cu slănină**

1,500 kg carne de iepure (partea cărnoasă), 200 g slănină proaspătă, 1 căpățînă de usturoi, 100 ml ulei, sare, piper.

Iepurele se pune la marinat așa cum s-a arătat în rețeta 1333. (Iepurele tînăr poate fi gătit și fără să fie marinat.) După ce a stat la marinat, carnea se scoate, se șterge, se împănează cu șuvițe de slănină și usturoi, se presară cu sare și piper, se unge cu ulei, se pune într-o tavă cu ulei bine încălzit și se introduce în cuptorul bine încălzit. Între timp se stropește cu sosul din tavă și, dacă sosul scade, se adaugă cîte puțină zeamă din marinată și la urmă un păhărel de vin.

Se servește tăiată în bucăți și foarte fierbinte, pe platou încălzit și cu garnituri după plac: cartofi prăjiți, gogonele cu cartofi, orez și altele.

1387. **Iepure cu legume**

Pentru 6 porții: *1,200 kg carne de iepure, 200 g ceapă, 1 țelină, 200 g morcovi, 2-3 ardei grași, 1 căpățînă de usturoi, 300 g cartofi, 50 g bulion, 2-3 roșii, 1/2 linguriță de boia, 1 frunză de dafin, cîteva boabe de piper, cimbru, 1 pahar de vin, 300 ml ulei, 1 legătură de pătrunjel verde.*

În jumătate din cantitatea de ulei se prăjește carnea marinată tăiată în bucăți și cînd este gata se scoate și se pune în alt vas, iar în uleiul rămas se prăjește ceapa și usturoiul tăiate mărunt. Cînd ceapa este aproape prăjită se adaugă bulionul, boiaua, foaia de dafin, piper, cimbru și se stinge cu vin. Ca friptura să aibă sos deajuns se mai adaugă apă caldă și se lasă 5—6 min la fiert, după care se răstoarnă peste carne și se lasă să fiarbă împreună pînă ce carnea este gata. Între timp, în uleiul rămas se înăbușă separat legumele tăiate în bucăți mici. Cînd legumele s-au călit se sting cu apă caldă și se lasă să fiarbă pînă sînt gata, după care se adaugă peste carne și împreună se mai fierb 5—6 min.

La servire se presară cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1388. **Iepure cu măsline gătit grecește**

Pentru 6 porții: *1 kg carne de iepure, 150 ml ulei, 100 g ceapă, 100 g morcovi, 1/2 țelină, 50 g bulion, 200 ml vin, 1 foaie de dafin, 1 g boabe de piper, 1 crenguță de cimbru, 1 lămîie, 100-150 g sînge de iepure, 300 g arpagic, 200 g măsline, 1 căpățînă de usturoi, sare și oțet, după gust.*

După ce carnea s-a scos din marinată, se zvîntă, se taie în bucăți și se pune la prăjit în ulei încins. Cînd este gata se scoate și se pune într-un alt vas, iar în uleiul rămas se prăjesc ceapa, morcovul, țelina, toate tăiate în felii subțiri. După ce legumele s-au prăjit, se adaugă usturoiul tocat mărunt, bulionul, sîngele de iepure și se stinge cu zeama de la marinată.

Apoi se adaugă și condimentele: foaie de dafin, cimbru, boabe de piper, cîteva linguri de oțet și sare, după gust. Se mai lasă să fiarbă circa 1 oră, după care se strecoară, pasîndu-se peste carnea prăjită. Se adaugă măslinele în prealabil opărite, cîteva felii de lămîie fără coajă și fără sîmburi, vinul și se lasă să fiarbă pînă ce carnea este gata. La urmă, după ce mîncarea s-a luat de pe foc, se mai adaugă arpagicul înăbușit separat.

Se servește rece, ornîndu-se pe deasupra cu felii de lămîie,

1389. **Escalop de iepure natur**

Pentru 6 porții: *1 kg carne macră de iepure, 100 ml ulei sau 100 g untură, 30 g făină, 30 g bulion, 1 ceașcă de vin, sare, piper pisat.*

Carnea pentru escalop se taie în fileuri, cîte două bucăți pentru o porție, care se bat puțin cu ciocanul de carne. Se presară cu sare și cu piper pisat, se dau prin făină și se prăjesc în grăsime încinsă pînă se rumenesc pe ambele părți. După aceea se scot într-o crăticioară, se adaugă puțină apă caldă, se acoperă și se lasă la foc încet să fiarbă 10—15 min. În timpul înăbușirii se scutură crăticioara ca să nu se prindă escalopul de fundul acesteia.

În grăsimea din crăticioara în care s-a prăjit escalopul se presară puțină făină, se rumenește puțin, apoi se adaugă bulionul și se stinge cu vin și cu puțină apă. Se dă în fiert, se răstoarnă peste escalop, lăsîndu-se să fiarbă împreună pînă ce carnea este gata.

Se servește cu diverse garnituri sau cu cartofi fierți natur, stropiți cu unt și presărați cu pătrunjel verde tăiat mărunt.

1390. **Escalop de iepure cu ciuperci**

Pentru 6 porții: *1 kg carne de iepure din pulpă, 100 g unt sau ulei, 400 g ciuperci proaspete sau 1 cutie de 1/2 kg ciuperci conservate, 1 ceașcă de vin, 1 lingură de făină, 1 legătură de pătrunjel verde, sare.*

În ceea ce privește pregătirea escalopului se folosește rețeta precedentă, în plus adăugîndu-se ciupercile care se prepară în felul următor: după ce au fost curățate și spălate, ciupercile se taie în felii subțiri și se pun la prăjit în unt sau în ulei încins (sau în uleiul în care s-a prăjit escalopul). După ce ciupercile s-au prăjit puțin, se adaugă făina, se mai prăjesc împreună puțin, se sting cu vin și se adaugă puțină apă fierbinte, apoi se răstoarnă peste escalop și se mai fierb împreună pînă ce carnea este gata.

1391. **Sive de iepure**

Pentru 6 porții: *1,200 kg carne de iepure macră, 1/2 l vin negru, 300 g ciuperci, 500 g arpagic, 200 g costiță afumată, 100 g untură, 1 lingură de făină, 30 g bulion, 1 ceapă, 1 morcov, 1 țelină, 1 fir de cimbru, 1 foaie de dafin, 1 căpățînă de usturoi, 1 g piper pisat, 100-150 g sînge de iepure, 6 crutoane de franzelă prăjită.*

Carnea de iepure proaspătă sau marinată se taie în porții (cîte două de persoană) și se prăjește în untură pînă ce se rumenește, după care se scoate și se pune în alt vas. În untura în care s-a prăjit carnea se pun la prăjit legumele tăiate în felii foarte subțiri. După ce s-au prăjit puțin se presară peste ele făina uscată, se adaugă bulion și, dacă este, sînge de la iepure. Se stinge cu vin sau cu apă fierbinte și se lasă să fiarbă pînă ce se

înmoaie legumele. După aceea se strecoară sosul în vasul în care se află carnea, pasîndu-se și legumele. Se adaugă apoi usturoiul tocat și condimentele, lăsîndu-se să fiarbă la foc încet, pînă ce carnea este gata. Între timp se prăjește foarte puțin costița tăiată în cubulețe și se scoate, iar în grăsimea rămasă de la costiță se prăjesc ciupercile tăiate în felii subțiri. După cîteva minute de prăjire se răstoarnă peste carne, la care se mai adaugă arpagicul (care a fost înăbușit separat, din timp — v. rețeta 90), costița, vinul sau supă de oase, se potrivește la gust, iar dacă mîncarea este prea scăzută se mai adaugă vin sau apă fierbinte și se mai dau într-un singur clocot. Înainte de servire se scoate din mîncare foaia de dafin și crenguța de cimbru. Pe un platou bine încălzit se așază crutoane de franzelă prăjite, peste care se pun bucățile de carne. Se acoperă apoi cu sosul preparat după rețeta precedentă.

Se servește foarte fierbinte.

1392. **Pateu de iepure**

Partea cărnoasă de la un iepure, 500 g carne de porc (pulpă sau fileu), 600 g slănină proaspătă, 2-3 g piper pisat fin, nucșoară rasă, 50 g coniac, sare.

După ce iepurele a fost jupuit de blană, se marinează sau se prepară proaspăt. Se curăță carnea de pielițe, după care se scot mușchiulețiii și toată carnea de pe oase. Mușchiulețiii se taie în două, în lung, și se învelesc în felii de slănină tăiată cît mai subțire (slănina se subțiază bătîndu-se cu ciocanul de carne). Carnea de iepure dezosată și carnea de porc se trec de două ori prin mașina de tocat (a doua oară cu sită deasă), apoi se amestecă, frămîntîndu-se bine, și se adaugă cîte puțină apă (cîteva linguri), piperul, nucșoara, coniacul, 100 g slănină tăiată în cubulețe și sare, după gust. Jumătate din compoziție se așază într-o formă tapetată cu felii de slănină foarte subțiri la mijlocul căreia, pe două rînduri, se pun mușchiulețiii înveliți în slănină și peste ei se adaugă restul de compoziție. Feliile de slănină care au tapetat forma se întorc de pe marginile formei peste compoziție. (Compoziția mai poate fi acoperită cu un aluat simplu preparat din făină și apă.) Forma umplută se așază într-o tavă cu apă clocotită și se introduce pentru 1 1/2—2 ore în cuptorul încins, unde trebuie să fiarbă fără întrerupere. În cazul în care scade apa în tavă, se mai adaugă apă, iar ca să nu se ardă pateul, pe deasupra se acoperă cu o hîrtie groasă, unsă cu grăsime. Pateul se încearcă dacă este gata prin înțepare cu un bețișor subțire; dacă nu iese deasupra un suc de culoare roz, înseamnă că pateul este gata. Se scoate forma din cuptor, se curăță pe deasupra de cocă, se acoperă cu o scîndurică peste care se pune o greutate de circa 2 kg ca să se preseze și se ține la rece pînă a doua zi. După ce s-a răcit bine, pateul se scoate din formă, scufundînd fundul acesteia într-un vas cu apă clocotită. Se răstoarnă pe un platou plat și bine răcit și se pune din nou la rece pentru cîteva minute.

Se servește fie învelit în staniol pentru a fi tăiat, fie tăiat felii. Pateul tăiat în felii se glasează cu aspic și se garnisește tot cu aspic tăiat în diferite forme. Aspicul se prepară după rețeta 1541.

1393. **Pateu de iepure simplu**

1 kg carne de iepure, 500 g carne de porc, 500 g ceapă, 300 g untură, 200 g unt, 50 g coniac, piper pisat, sare după gust.

Carnea de iepure și de porc se taie în bucăți mici care se pun la prăjit în untură înfierbîntată. Se adaugă ceapa tăiată mărunt și se prăjesc împreună, avînd grijă să nu se rumenească prea tare. Se lasă să se răcească, după care se trec de două ori prin mașina de tocat cu sita deasă. Se adaugă untul, coniacul, piperul și sare după gust, apoi se amestecă bine. Pasta respectivă se așază pe un platou, dîndu-i forma dorită și se pune la rece.

Se poate servi fie tăiat felii, fie lăsat pe platou și ornat cu legume (roșii, gogoșari, morcovi, frunze de pătrunjel verde) și feliuțe de ou fiert tăiate în diverse forme. Pe deasupra se poate pune aspic. Dacă se servește pe platou și nu se ornează cu legume, poate fi ornat cu unt, folosind șprițul pentru a desena diverse forme, dîndu-i un aspect cît mai frumos.

În pateul de iepure se poate folosi și ficat de iepure sau de porc și în cazul în care compoziția este prea compactă se adaugă puțin vin sau supă rece. Mai poate fi servit în porții mici care se pun în ceșcuțe de cafea și se răstoarnă pe platou după ce compoziția s-a răcit bine. Pentru aceasta, ceșcuțele se afundă cu partea inferioară în apă clocotită pentru a se putea desprinde pateul. Se ornează cum s-a arătat înainte.

1394. **Iepure de casă**

Iepurele de casă se jupoaie de blană ca și cel sălbatic și se prepară la fel. Iepurele tînăr se prepară fie proaspăt, fie se pune la marinat și se ține cîteva ore, sau de seara pînă dimineața. Compoziția marinatei este următoarea: *200 ml oțet, 200 ml vin, 50 ml ulei, 1 căpățînă de usturoi pisat, 1-2 foi de dafin, cimbru, cîteva felii de ceapă și de țelină, cteva boabe de piper și de ienibahar.*

Iepurele de casă se spală, se curăță de toate pielițele și de vine, se taie în bucăți potrivite, se amestecă cu ceapa și țelina tăiate în felii subțiri și apoi se acoperă cu componentele arătate. În loc de marinare, carnea de iepure de casă poate fi opărită cu următoarea soluție: *1/4 l oțet, 1/4 l apă, 1 ceapă și 1 țelină tăiate felii subțiri, 1-2 foi de dafin, cîteva boabe de piper, sare, după gust.*

Toate ingredientele se pun la fiert într-un vas acoperit și se dau într-un singur clocot, după care se răstoarnă peste carnea așezată într-un vas. După cîteva ore carnea se poate găti.

Prin marinare se înlătură mirosul specific cărnii de iepure și totodată se condimentează gustul acesteia. Trebuie avut grijă să se adauge la mîncare, în timpul fierberii, și zeama strecurată de la marinată (în care s-a marinat carnea iepurelui).

1395. **Iepure de casă cu ciuperci**

Pentru 6 porții: *1 kg carne de iepure, 400 g ciuperci, 60 g unt, 60 ml ulei, 1 g piper pisat, 100 g ceapă, 100 ml vin, 50 g smîntînă, 1 legătură de pătrunjel, sare.*

Marinarea cărnii se face ca în rețeta precedentă. Carnea scoasă din marinată se șterge, se taie în bucăți potrivite și se pune la prăjit în unt sau în untură. Cînd carnea s-a rumenit, se adaugă ceapa tăiată mărunt și se prăjește puțin, apoi se stinge cu vin și cu puțină apă caldă. Se mai lasă la fiert la foc încet pînă se înăbușă ciupercile, care se adaugă cînd carnea este aproape gata. Se potrivește de sare și de piper, se adaugă smîntîna și pătrunjelul verde tăiat mărunt.

Pot fi folosite și ciuperci conservate, iar dacă sînt proaspete, se cu-

rățâ, se spală în mai multe ape, se taie în felii subțiri și se pun cu unt la înăbușit. Se înăbușă pînă cînd scade zeama lăsată de ele, apoi se răstoarnă peste carne și împreună se mai lasă să fiarbă cîteva minute (ciupercile proaspete pot fi înlocuite și cu ciuperci uscate, acestea punîndu-se din timp la înmuiat în apă călduță; apa în care s-au înmuiat ciupercile se adaugă la mîncare).

1396. **Iepure de casă cu smîntînă**

Pentru 6 porții: *1 kg carne de iepure; 1 ceapă, 1 lingură de făină, 1/2 lingură de muștar, 2-3 boabe de ienibahar și de piper, 100 g smîntînă, 60 g unt, sare.*

Carnea scoasă din marinată se șterge, se taie în bucăți și se pune la prăjit în ulei încins. După ce carnea s-a prăjit, se adaugă ceapa tăiată mărunt și se călesc împreună pînă cînd se rumenește și ceapa puțin, apoi se adaugă 1/2 lingură de făină, piperul și ienibaharul și se stinge cu apă. Se lasă să mai fiarbă pînă ce carnea este gata. Se adaugă smîntîna care în prealabil se amestecă cu 1/2 lingură de făină și cu una de muștar și se mai fierb împreună 2—3 min.

1397. **Iepure de casă cu sos alb**

Pentru 6 porții: *1 kg carne de iepure, 60 g unt, 60 ml ulei, 50 g făină, cîteva boabe de piper, sare și zeamă de lămîie după gust.*

Se taie carnea în bucăți și se pune la prăjit în ulei încins. După ce carnea s-a rumenit pe toate părțile, se stinge cu apă caldă, se adaugă piper și sare și se lasă să fiarbă pînă este gata. Înte timp se pune unt la încălzit, se presară cu făină, se călește 5—6 min pe foc domol, apoi se stinge cu apă, atît cît să rămînă sosul gros ca o smîntînă. Se răstoarnă peste carne și se mai dă totul în fiert 2—3 min. Se potrivește la gust de sare și tot după gust se adaugă zeamă de lămîie.

1398. **Iepure de casă cu măsline**

Cantitățile și pregătirea sînt la fel ca la rețeta 1388.

1399. **Iepure de casă pane**

Pentru 6 porții: *1,5 kg carne de iepure, 100 g untură, 50 g făină, 2 ouă, 100 g pesmet, sare, piper.*

Carnea de iepure se marinează sau se opărește (v. rețeta 1394). După marinare carnea se șterge, se curăță de toate pielițele, se taie în bucăți potrivite (cu sau fără os). Se bate cu ciocanul de carne, se sărează și, după gust, se presară piper, se tăvălește în făină, apoi în ou bătut și după aceea în pesmet. Se prăjește pînă se rumenește pe ambele părți, după care se introduce în cuptorul slab încălzit și cu ușa deschisă, ca să se răscoacă carnea și să se pătrundă în interior. Se servește cu diverse garnituri.

1400. **Pateu de iepure de casă**

Se prepară la fel ca în rețeta 1392 sau 1393.

Toate preparatele de iepure care se servesc calde, se pot pregăti cu unt sau ulei, iar preparatele care se servesc reci se prepară numai cu ulei

1401. **Căprioară**

Căprioara se ține cîteva zile în blană pentru fezandare, după care se jupoaie și se marinează (v. partea introductivă a cap. 15).

Carnea de la orice vînat jupuit trebuie pusă la marinat, altfel se înnegrește și se usucă pe deasupra.

Din carnea căprioarei se pot prepara diferite feluri de mîncare. Modul de preparare este la fel cu cel al preparatelor din carne de vițel sau de ovine.

1402. **Urs**

Carnea de urs se prepară la fel ca cea de vită. Ursul, după ce a fost împușcat, se ține în blană (fără intestine) timp de 8—10 zile pentru fezandat, apoi se jupoaie de blană, carnea se tranșează în bucăți potrivit de mari și se pune la marinat într-un baiț pregătit după rețeta 1333. Carnea de urs se ține tot timpul în baiț, pînă se consumă, la o temperatură de 8—10°C și se întoarce în fiecare zi, astfel ca bucățile de la fund să ajungă deasupra și invers. Carnea va fi apăsată cu o greutate care se pune pe capac, în așa fel ca lichidul să o acopere în totalitate.

1403. **Mistreț**

Carnea de mistreț se prepară la fel ca și carnea de porc, numai că se scoate șoriciul, care nu se folosește la gătit, iar carnea se ține cîteva zile în baiț (v. rețeta 1334).

16. *DULCIURI ŞI PRĂJITURI DE CASĂ*

16.1. DULCIURI SI PRĂJITURI DIN ALUAT DOSPIT CU DROJDIE DE BERE

1404. Aluat dospit cu drojdie de bere

Se foloseşte pentru următoarele preparate: cozonaci, cornuri, babe, pască, gogoşi, brînzoaice, vărzări moldoveneşti, învîrtite, savarine şi diverse prăjituri.

Pentru 1 kg făină: *40–50 g drojdie, 2 pahare lapte, 200 g unt, ulei sau margarină, 4–5 ouă, 200–300 g zahăr, 1 linguriţă coajă de lămîie rasă, zahăr vanilat sau rom, un vîrf de cuţit sare.*

Se cerne făina în momentul pregătirii (aceasta face ca aluatul să fie mai pufos); iarna făina se aduce cu o zi înainte în bucătărie pentru a se încălzi. Se adaugă drojdia dizolvată în lapte călduţ îndulcit. Separat, într-un vas se bat pe marginea maşinii de gătit ouăle întregi cu zahărul şi cu puţină sare, apoi se toarnă în mijlocul grămezii de făină. Se adaugă coaja de lămîie rasă, zahărul vanilat şi romul şi se începe să se amestece încet cu o mînă ca să se absoarbă toată făina. Dacă aluatul este prea tare se mai poate adăuga puţin lapte. Se amestecă, se frămîntă şi se bate bine, iar atunci cînd se desprinde de pe mînă şi de pe pereţii vasului, se adaugă treptat, frămîntîndu-se mereu, untul topit.

Aluatul se acoperă cu un şervet de bucătărie şi se lasă să crească într-un loc călduţ, punîndu-se vasul deasupra unei site să nu se opărească. Dospitul depinde de temperatura camerei şi de calitatea drojdiei. Timpul mediu de creştere este de 1—3 ore. După ce aluatul a crescut se poate întrebuinţa.

1405. Cozonac simplu

Aluatul se prepară ca în reţeta precedentă folosind aceleaşi componente.

Cînd aluatul este bine crescut, se pune pe o planşetă presărată cu făină. Se ung mîinile cu unt sau ulei, se iau bucăţi de aluat, se întind, apoi se împletesc pe planşetă, după care se pun în forme dinainte pregătite, unse bine cu unt sau cu ulei. Cantitatea de aluat pusă în formă nu trebuie să depăşească jumătate din înălţimea formei. Se lasă să crească pînă se umple forma, iar la urmă se unge cu ou bătut pe deasupra şi se introduce în cuptorul încălzit potrivit. Se coace aproximativ 1 oră, după care se verifică dacă este copt cu un beţişor subţire sau cu un pai uscat cu care se înţeapă cozonacul; dacă paiul scos este uscat, cozonacul este copt şi se poate scoate, iar dacă coca se lipeşte pe pai înseamnă că nu este încă copt şi mai trebuie lăsat la cuptor. Dacă cozonacul nu s-a rumenit frumos

se mai unge o dată cu un gălbenuș de ou frecat cu o linguriță de zahăr și se mai lasă în cuptor 8—10 min la foc iute, apoi se scoate, se desprinde ușor de formă (cu ajutorul unui vîrf de cuțit) și se răstoarnă pe o hîrtie albă sub care se pune un prosop împăturit.

1406. **Cozonac cu stafide**

Se prepară același aluat ca pentru cozonacul simplu, cu deosebirea că la sfîrșitul frămîntatului se adaugă *100-200 g stafide alese*, spălate cu apă călduță și uscate apoi prin tamponare cu un prosop uscat. În ceea ce privește restul pregătirii se procedează ca la rețeta anterioară.

1407. **Cozonac cu miez de nucă**

Aluatul se prepară cu aceleași componente și cantități ca în rețeta 1405, în plus se adaugă umplutura de nuci: *300-400 g miez de nucă, 200-300 g zahăr, 1-2 albușuri, sare, 1/2 pahar de lapte, 1 lingură de cacao, 1 lingură de rom.*

În timpul cît dospește aluatul, se pregătește umplutura astfel: se curăță nucile de rămășițele de coajă și de părțile înnegrite, se dau prin mașina de măcinat nuci sau se pisează în piuliță, apoi se pun într-un castron și se amestecă cu zahărul, romul, coaja de lămîie rasă, albușurile bătute spumă, laptele și puțină cacao.

După ce a crescut bine aluatul, se ia pe rînd cîte o bucată (după mărimea formei de cozonac), se așază pe o planșetă unsă cu unt ori cu ulei, sau presărată cu făină și se întinde ușor (mai bine cu mîna unsă cu unt decît cu sucitorul, pentru ca să nu se lase coca) o foaie de 1 cm grosime, peste care se întinde uniform, pe toată suprafața, umplutura de nuci. Se rulează, se așază în forme unse și încălzite puțin, apoi se ung deasupra cu unt, se acoperă cu un șervet cald, se pun într-un loc călduț și se lasă să crească. Cînd cozonacii sînt bine crescuți se ung cu ou bătut pe deasupra și se introduc în cuptorul încălzit din timp. Se țin la copt, la foc potrivit, cam 1 oră, după care se verifică cu un pai sau cu un bețișor subțire coacerea (v. rețeta 1405).

Cozonacii sînt mai pufoși dacă gălbenușurile se freacă cu zahărul, iar albușurile se bat spumă.

1408. **Cozonac moldovenesc**

Pentru patru cozonaci: *1,5 kg făină, 60-80 g drojdie, 15 ouă, 400-500 g zahăr, 300 g unt, cîteva linguri de ulei, 1 lingură de rom, 1/2 l lapte, 1 linguriță de sare, zahăr vanilat, coajă de lămîie și de portocală rasă, nuci, stafide și cacao, după gust.*

Într-un lighean se pun 300 g făină, se opărește cu o parte din lapte clocotit și se amestecă bine cu o lingură de lemn. Cînd s-a răcit puțin se adaugă drojdia de bere dizolvată cu puțin lapte călduț, 1 linguriță de zahăr, 1 lingură de făină și se amestecă bine. Se acoperă cu un șervet și se pune la căldură să crească.

Între timp se separă gălbenușurile de albușuri în vase separate. Gălbenușurile se freacă cu puțină sare, adăugînd treptat zahărul. Cînd plămădeala a crescut (s-a ridicat cam de două ori) se toarnă peste ea gălbenușurile, restul de mirodenii, făina, laptele și se frămîntă bine. După ce s-a obținut aluatul potrivit de moale, se frămîntă în continuare adăugînd cîte

puțin unt călduț. Frămîntatul durează cel puțin 1 oră, pînă cînd coca face bășici. Aluatul rezultat nu trebuie să fie tare, ci mai mult moale; dacă este vîrtos se mai pun 5—6 albușuri bătute spumă și se mai frămîntă 5—6 min, apoi se unge cu unt pe deasupra și se acoperă cu un șervet gros și cald, se pune într-un loc cald, fără curent și se lasă pînă crește cam de două ori. După ce aluatul a crescut, se procedează la fel ca în rețeta anterioară.

1409. **Cozonac (pască) cu brînză de vaci**

Pentru aluat: *600 g făină, 30 g drojdie, 3-4 ouă, 200 g zahăr, 100 g unt, 2-3 linguri de ulei, 1 pahar de lapte, un praf de sare.*

Pentru umplutură: *800 g brînză de vaci, 200 g zahăr, 1 lingură de făină, 3-4 ouă, 1 lingură de griș, 100 g stafide, coajă de lămîie rasă, zahăr vanilat, sare, 50 g unt, 100 g smîntînă.*

Aluatul se prepară la fel ca cel pentru cozonaci. Din el se întinde pe planșeta unsă cu ulei o foaie groasă de 1 cm și de mărimea fundului formei în care se va coace.

Se ia o formă rotundă din cele mai mari, se unge cu unt, se presară cu pesmet alb fin și pe fundul formei se așază foaia de aluat, apoi se mai ia o bucată de aluat, se pune pe planșetă și se întinde în formă cilindrică de grosimea unui creion. Aceasta se pune în două, se răsucește ca un șnur, se așază peste foaia de aluat de jur-împrejurul ei, ca un fel de bordură lipită de pereții formei și se lasă să crească acoperită cu un șervet și ținută la loc călduț.

Separat, brînza scursă bine de apă se dă prin sită sau se zdrobește, se amestecă adăugînd pe rînd gălbenușurile, untul topit, smîntîna, zahărul, sare, coaja de lămîie rasă, zahărul vanilat și stafidele spălate. Se amestecă și la urmă se adaugă: albușurile bătute spumă, făina, grișul, se amestecă din nou și se pune în tava căptușită cu aluat, întinzînd-o uniform. Se presară pe deasupra cu stafide și se unge cu ou. Deasupra umpluturii se poate aranja din aluat întins și răsucit un grilaj (ca o sită cu ochiuri mari). Se introduce în cuptorul cu foc moderat să se rumenească bine, fără să se ardă.

1410. **Pască cu cremă de nuci**

Cînd se prepară aluatul de cozonaci, se poate face cu cantități duble de componente, astfel ca să se poată prepara și 2—3 varietăți de pască, la care diferă numai umplutura.

Crema de nuci pentru pască: *200-300 g miez de nucă, 5-6 ouă, 200 g zahăr, zahăr vanilat, coajă de lămîie rasă.*

Se freacă gălbenușurile cu zahărul, apoi se adaugă mirodeniile, nucile trecute prin mașina de nuci sau pisate și 2—3 albușuri bătute spumă. Se amestecă ușor și se pune în forma de copt căptușită cu aluat, întinzîndu-se uniform. Se introduce în cuptorul potrivit de cald, unde se lasă la copt pînă cînd aluatul se va rumeni și se va putea desprinde de pereții formei.

1411. **Pască cu smîntînă**

Aluatul și pregătirea păștii se face la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că în loc de cremă de nuci, se prepară smîntîna astfel: într-un castron se pun 2—3 pumni de mălai, se acoperă castronul cu tifon pus în

două, se toarnă deasupra 600 g smîntînă proaspătă, groasă și fără zer și se lasă cîteva ore, timp în care mălaiul absoarbe restul de zer. Apoi se pune smîntîna într-un castron, se adaugă zahărul, mirodenii după gust, 4—5 gălbenușuri, 2 linguri de făină, 100 g stafide. Se amestecă și la urmă se introduc în compoziție 2—3 albușuri bătute spumă. Se mai amestecă ușor și se pune umplutura în forma de copt căptușită cu aluat (care se aranjează din timp și se lasă să crească). Se netezește și se introduce în cuptor, să se coacă la foc potrivit. Se scoate din tavă după ce s-a răcit.

1412. **Pască cu orez**

Aluatul se pregătește la fel ca la rețeta 1405. Umplutura de orez se prepară astfel: se alege orezul (200 g), se spală în 2—3 ape și se pune la fiert. După ce a dat în cîteva clocote, se scurge de apă și se pune din nou la fiert cu 1 l de lapte fierbinte. Cînd orezul este aproape fiert, se adaugă zahărul și se mai lasă pînă bobul este fiert. Se ia apoi vasul de pe foc, se răstoarnă orezul într-un castron și cînd s-a răcit puțin se adaugă gălbenușurile unul cîte unul (5 gălbenușuri), după care se adaugă albușurile bătute spumă, zahăr vanilat, puțină sare, coajă de lămîie și de portocală rasă și 100 g stafide curățate și spălate. Se amestecă totul și se pune în forma de copt căptușită cu aluat de cozonac care a mai crescut între timp, fiind pregătit mai dinainte și pus în formă la cald. Se unde cu ou și se introduce în cuptorul încins. Se coace pînă se va rumeni frumos. Se scoate din tavă după ce s-a răcit.

1413. **Babă (cozonac de formă rotundă și înaltă)**

Se prepară același aluat ca pentru cozonacul simplu, cu deosebirea că la frămîntat se adaugă stafide și se coace în formă înaltă de lut ars. Aluatul trebuie să fie ceva mai moale ca de obicei. Se lasă să crească. Se ia o formă înaltă, specială pentru babă, se unge cu unt, se presară cu făină și se umple pe jumătate cu aluat crescut, după care se mai lasă să crească aluatul pînă la gura formei. (Pe marginea superioară a formei se poate lipi cu cocă, de jur-împrejur, o bandă de hîrtie ca un fel de guler, ca să nu curgă eventual coca din formă în timpul cît mai crește la copt.) Se unge deasupra cu ou și se presară cu zahăr tos. Se coace la foc potrivit. Cînd este gata, se lasă să se răcească puțin și se presară peste tot cu zahăr pudră.

1414. **Brioșe**

300 g făină, 150 g unt sau margarină, 4–5 ouă, 50 g zahăr, 1 pahar de lapte, 25 g drojdie, 1 plic de zahăr vanilat, puțină sare.

Se cerne făina și un sfert din cantitate se pune într-un vas. La mijloc se toarnă drojdia înmuiată în lapte călduț și după ce se frămîntă puțin se presară maiaua cu făină și se lasă să crească. Se pune restul de făină pe planșetă, se face o gropiță la mijloc în care se adaugă zahărul, sarea și zahărul vanilat. Se amestecă, adăugînd pe rînd ouăle, restul de făină, untul și la urmă maiaua preparată inițial. Se frămîntă bine din nou și se lasă la rece cel puțin 6 ore (de preferat pînă a doua zi). După ce s-a luat de la rece, se formează din cocă bucăți rotunde care se pun în forme mici de savarine. Deasupra, la mijlocul fiecărei brioșe se face o adîncitură cu degetul, în care se introduce o bucățică de aluat în formă de pară, cu vîrful

în adîncitura din brioșă. Se lasă să crească, se ung cu ou și se introduc în cuptor. Se coc la foc potrivit 30 min. Imediat după ce s-au copt, se scot din forme. Se servesc calde sau reci, la ceai, sau la cafea cu lapte.

1415. **Cornuri cu nuci sau cu mac**

Pentru aluat: *1 kg făină, 40-50 g drojdie de bere, 2 pahare de lapte, 200 g unt, 3-4 ouă, 300 g zahăr, coajă de lămîie rasă, 1 plic de zahăr vanilat sau 1 lingură de rom, un vîrf de cuțit de sare.*

Pentru umplutura de nuci: *200 g miez de nucă, 100 g pesmet alb fin, 200 g zahăr, 1 pahar de apă, 1 lingură de rom, coajă de lămîie rasă, scorțișoară.*

Aluatul se prepară ca pentru cozonaci (v. rețeta 1405) și, după ce a crescut, se pune pe o planșetă unsă cu ulei sau presărată cu făină și se întinde cu sucitorul o foaie cam de 1/2 cm grosime. Aceasta se taie în pătrate cu latura de 6—8 cm și pe fiecare pătrat se pune cîte 1/2 linguriță de umplutură de nuci (v. rețeta 1407). După aceea se rulează fiecare, formîndu-se cornulețe, care se lasă să crească, după care se ung cu ou bătut, se presară cu zahăr tos și cu puține nuci tocate sau cu mac. Se pun apoi într-o tavă unsă cu ulei și se introduc în cuptorul încălzit potrivit, unde se coc 30—35 min. Se servesc la ceai sau la cafea cu lapte.

1416. **Brioșe cu mere**

Cînd aluatul de brioșe (v. rețeta 1414) este gata, se pune pe o planșetă presărată cu făină, se întinde cu sucitorul o foaie de 1/2 cm grosime, se taie în pătrate cu latura de 8—10 cm și în mijlocul acestora se pune cîte o lingură de umplutură de mere (v. rețeta 1422). Apoi, marginile pătratului se adună spre mijloc în formă de plic și se strîng cu degetele, lipindu-se între ele, ca să nu iasă umplutura. Se mai lasă puțin să crească, se ung cu ou bătut, se așază într-o tavă unsă și se introduc în cuptor. Se coc pînă se rumenesc frumos.

1417. **Gogoși**

Aluatul se prepară la fel ca în rețeta 1405, cu deosebirea că se pune în aluat mai puțin zahăr (deoarece cînd sînt gata, gogosile se pudrează cu zahăr) și se face coca mai moale. După ce aluatul a crescut, se ia o parte din el și se întinde, pe planșeta unsă cu ulei, o foaie groasă de 1 cm, din care se decupează gogoșile cu un pahar subțire la gură, trecut prin făină, după care se lasă pe planșetă pînă cresc. Între timp, se pune uleiul într-o cratiță și cînd s-a încins se pun gogoșile, prăjindu-se pe ambele părți. Cînd sînt gata se scot cu o spumieră de sîrmă inoxidabilă, specială pentru așa ceva, se pun pe o hîrtie albă și după cîteva minute se așază pe un platou rotund și se presară cu zahăr pudră vanilat.

1418. **Gogoși umplute cu marmeladă sau cu gem**

Gogoșile, preparate ca în rețeta anterioară, după ce sînt gata și s-au răcit puțin, cu ajutorul unui bețișor de forma unui creion ascuțit la vîrf se găuresc lateral, într-o parte, fiecare. Prin gaura respectivă se introduce apoi, cu ajutorul unui cornet de pergament, umplutura dorită, după care se presară cu zahăr pudră vanilat.

1419. **Brînzoaice poale-n brîu (plăcinte moldovenești)**

Pentru aluat: *1 kg făină, 4 ouă, 50 g drojdie, 100 g zahăr, 1/2 l lapte, 100 g unt, sau margarină, 1 ou pentru uns.*

Pentru umplutură: *500-800 g brînză, 3 gălbenușuri, 2 linguri de făină și una de griș, 50-100 g zahăr, stafide, 50-75 g unt, sare și mirodenii, după gust.*

Se pune într-un castron drojdia de bere, peste care se toarnă puțin lapte călduț, 1 linguriță de zahăr și 2—3 linguri din făina cernută, se amestecă și se pune la crescut. Restul de făină se pune într-un castron mai mare, se adaugă ouăle frecate cu puțină sare, zahărul, untul sau margarina și se amestecă adăugînd în același timp restul de lapte călduț cît înghite făina, zahăr vanilat, coajă de lămîie rasă și drojdia plămădită. Se frămîntă bine pînă ce aluatul se desprinde de pe mîini și de pe vas. Apoi se pune aluatul la un loc călduț și după ce a crescut se împarte în două. Se pune pe rînd fiecare pe planșeta presărată cu făină sau unsă cu ulei, se întinde o foaie groasă de 1/2 cm care se taie în pătrate cu latura de 10—12 cm și la mijlocul acestora se pune umplutură — brînză amestecată cu gălbenușurile, făina, grișul, zahărul, stafidele și eventual sare. Se strîng marginile în formă de plic (două cîte două, în diagonală spre mijloc) și se lipesc capetele bine. Se mai lasă să crească 20—30 min, după care se ung cu ou sau cu unt, se așază într-o tavă unsă și se introduc în cuptor pînă se rumenesc frumos.

1420. **Prăjitură (plăcintă) din aluat dospit cu caise**

Aluatul se prepară la fel ca în rețeta 1405, în plus fiind necesare: *unt sau ulei, caise, zahăr tos, zahăr vanilat.*

Pe fundul unei tăvi de aproximativ 40 cm lungime și 25 cm lățime, unsă cu grăsime, se întinde o foaie de cozonac (aluat crescut) groasă de 1,5 cm. Apoi se unge foaia cu unt topit, peste ea se așază jumătăți de caise cu partea tăiată în sus și peste ele se presară zahăr tos. Se lasă să crească 10—20 min, după care se introduce în cuptor. Cînd este gata se presară deasupra cu zahăr pudră vanilat și se taie în bucăți. Cine dorește aplică deasupra caiselor un grătar format din același aluat, care se unge, cu ou înainte de a se introduce plăcinta în cuptor.

1421. **Prăjitură cu prune**

Se prepară la fel ca în rețeta anterioară, cu deosebirea că în loc de caise se folosesc prune bine coapte.

1422. **Prăjitură din aluat dospit cu mere**

Aluatul se prepară la fel ca la rețeta 1405. Merele se prepară astfel: se iau mere acrișoare, se curăță de coajă, se taie în felii și se pun într-o crăticioară. Se adaugă zahăr după gust, puțină scorțișoară, unt cît o nucă, 2—3 linguri de apă și se fierb înăbușit, amestecîndu-se mereu să nu se prindă de fund. După ce merele s-au înmuiat și s-au îngroșat puțin, se iau de pe foc și se lasă să se răcească bine.

Se unge cu grăsime o tavă avînd dimensiunile de aproximativ 40 cm lungime și 25 cm lățime, în care se întinde aluatul crescut, se unge cu unt, se presară cu pesmet alb și deasupra se așază umplutura de mere care trebuie pregătită din timp. După dorință, se poate aplica peste umplutura

de mere un grilaj format din același aluat, care se unge cu ou și apoi se introduce prăjitura în cuptor.

1423. **Savarină**

Pentru aluat: *350 g făină, 175 g unt, 15 g zahăr, 12 g drojdie, 4 ouă, 50 ml lapte, sare, unt pentru uns forma, pesmet.*

Pentru sirop: *200 g zahăr, 200 ml apă, 1 lingură de rom.*

Pentru garnitură: *250 g frișcă bătută, fructe confiate, marmeladă de caise.*

Aluatul se prepară în felul următor: se cerne făina într-un castron și se face în ea o gropiță în care se pune drojdia dizolvată în lapte călduț. Se amestecă cu puțină făină, formîndu-se maiaua care se lasă să crească la cald circa un sfert de oră. Se adaugă apoi ouăle, restul de lapte, zahărul, sare și se amestecă cu restul de făină. La urmă se adaugă untul topit călduț și se mai amestecă. Aluatul trebuie să fie moale și se lasă să crească la cald.

Se ia o formă specială de savarină, se unge cu unt, se presară cu făină sau cu pesmet și se umple pe jumătate cu aluatul preparat înainte. Se lasă să crească și, cînd s-a ridicat coca pînă la gura formei, se introduce în cuptor, unde se coace pînă se rumenește. Savarina coaptă se lasă să se răcească în formă.

Între timp, se pregătește siropul, care se toarnă peste savarină după ce s-a tăiat pojghița întărită de deasupra și s-a răcit. Se răstoarnă apoi savarina pe farfurie, se stropește cu rom, se unge cu marmeladă, iar golul din mijlocul ei se umple cu frișcă bătută. Se garnisește cu fructe confiate și se șprițuiește cu frișcă. Savarinele mai pot fi coapte în forme mici de tarte, procedîndu-se și în acest caz la fel, cu însiropatul și cu garnisirea cu frișcă.

1424. **Franzeluțe cu sos de vin (desert)**

Pentru aluat: *350–400 g făină, 100 g unt, 100 g zahăr, 20 g drojdie, 3–4 ouă, 1 pahar lapte, sare, 100 g unt pentru lucrat (format franzeluțele) și pentru uns vasul în care se coc.*

Pentru sos de vin (choudeau): *4 gălbenușuri, 120 g zahăr, 300 g vin alb, 1/2 baton vanilie.*

Se prepară aluatul la fel ca în rețeta precedentă și se pune la crescut. Se ia o cratiță de mărime potrivită și se unge bine cu unt. Din aluat, după ce a crescut bine, se ia cu mîna unsă cîte o bucățică (circa 50 g), se trece prin unt topit și se așază în cratița unsă. Se pun astfel una lîngă alta în cratiță mai multe bucăți de aluat, se lasă să crească cît mai mult, pînă se consideră că au crescut suficient. Cu restul de unt se ung franzeluțele pe deasupra și se introduc în cuptorul bine încins; se coc 30—40 min, după care se scot din cuptor și apoi și din cratiță. Se așază pe un platou rotund și se servesc calde, cu sos de vin.

Sosul de vin se prepară astfel: se pune vinul la fiert cu batonul de vanilie, iar gălbenușurile se freacă cu zahărul. După ce vinul a dat în fiert, se toarnă cîte puțin peste gălbenușurile frecate, amestecîndu-se continuu. Se pune iar pe foc și se amestecă pînă se înfierbîntă bine, după care se toarnă în sosieră și se servește la franzeluțe, fără ca acestea să se taie; ele se desfac numai unele de altele. Consumatorul servește franzeluța de pe platou cu furculița, o pune pe farfuria lui, cu o linguriță pune sos deasupra, după care o poate consuma.

1425. **Învîrtită**

Pentru aluat: *600 g făină, 2-3 ouă, 30 g drojdie, 50 g zahăr, 200 ml lapte, 1 plic zahăr vanilat, coajă de lămîie, sare.*
Pentru sirop: *200 g zahăr, 1/2 l apă, 1/2 baton vanilie.*

Aluatul se prepară la fel ca pentru vărzări (v. rețeta 884), iar după ce a crescut se pune pe o planșetă presărată cu făină și din el se întinde o foaie subțire, care se unge cu unt, se presară cu zahăr și se rulează. Se apucă ruloul de ambele capete cu amîndouă mîinile și se mai lungește răsucindu-l în același timp, după care se așază învîrtit sub formă de melc într-o cratiță, tavă sau formă rotundă bine unsă cu unt. Se coace pînă începe să se rumenească ușor, moment în care se scoate din cuptor și caldă cum este se stropește cu sirop, apoi se introduce din nou în cuptor 5—6 min, după care se scoate pe un platou rotund. Se taie și se servește caldă sau rece, la vin sau la ceai.

1426. **Învîrtită cu miez de nucă**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, foaia întinsă presărîndu-se însă, în afară de zahăr, și cu nuci pisate.

1427. **Colac tradițional de nuntă**

Pentru doi colaci mari: *1 kg făină, 40-50 g drojdie, 1/2 l lapte, 100 g unt sau ulei, 3-4 ouă, 100 g zahăr, 1 linguriță de sare, 1 ou pentru uns colacii.*

Toate componentele trebuie aduse din timp în bucătărie, ca să aibă temperatura de 18—20° C. Se cerne făina în momentul pregătirii aluatului. Într-un castron călduț se pune drojdia și se dizolvă frecîndu-se cu 2—3 linguri de lapte călduț, 1 lingură de făină și 1 linguriță de zahăr, după care se pune la cald ca să crească. Separat, într-un vas, se bat ouăle întregi cu zahărul și cu puțină sare, se adaugă făină cernută, lapte, maiaua de drojdie crescută și eventual, după gust, mirodeii (coajă de lămîie și de portocală rasă, vanilie, rom); se amestecă cu o mînă pînă se absoarbe toată făină și dacă aluatul este prea tare se mai poate adăuga puțin lapte. (Aluatul pentru colaci trebuie să fie ceva mai tare decît cel de cozonaci, deoarece se împletește.) Apoi se frămîntă bine 20—30 min și între timp se adaugă, cîte puțin, uleiul ușor încălzit. Practic, frămîntatul se face pînă ce aluatul se desprinde de pe mînă și de pe pereții vasului. La urmă, aluatul se unge cu unt sau cu ulei, se acoperă cu un prosop gros și încălzit și se lasă într-un loc călduț să crească.

Dospitul depinde de temperatura din bucătărie și de calitatea drojdiei de bere. Timpul mediu de creștere este de 1—3 ore. După ce aluatul a crescut, se poate lucra în continuare astfel: se pune aluatul pe planșeta presărată cu făină, se taie în 6—8 bucăți care se răsucesc pe rînd, întinzîndu-se atît de lung încît, după ce sînt împletite în 3 sau în 4, să încapă într-o formă rotundă de copt cu diametrul de circa 30 cm, rămînînd mijlocul gol. După ce se pun în forme, colacii se ung cu unt, se acoperă și se mai lasă să crească, cel puțin de două ori ca volum. După ce au crescut, se ung cu gălbenuș de ou frecat cu 1 linguriță de zahăr și cu tot atîta ulei și apă. Se pun la copt în cuptorul bine încălzit și, dacă s-au rumenit prea repede, se acoperă pe deasupra cu o hîrtie albă unsă cu ulei și se micșorează focul. Colacii trebuie copți 40—50 min, pînă se vor rumeni frumos pe deasupra. După ce se scot din cuptor, imediat se ung cu apă sau

foarte ușor cu miere de albine.

Colacii împodobesc masa la orice ocazie festivă. Ei se taie în momentul servirii, în fața mesenilor și se servesc în loc de pîine. De aceea aluatul se prepară cu foarte puțin zahăr, numai atît cît să dea colacului un gust dulceag.

1428. **Cornulețe cu diferite umpluturi**

Aluatul se prepară ca în rețeta precedentă, iar în ce privește restul, cornulețele se pregătesc ca în rețeta 1415 și se umplu cu umplutură după gust, care se poate alege din gama rețetelor *Umpluturi*

16.2. DULCIURI ȘI PRĂJITURI DIN ALUAT DE FOI DE PLĂCINTĂ, ALUATURI FRAGEDE ȘI FOITAJ

1429. **Foi de plăcină de bază**

400-500 g făină, 1/2 pahar apă, 1 lingură de ulei, 1/2 linguriță de sare, 1 linguriță de oțet.

Pentru o bună reușită a foilor, făina trebuie să fie de cea mai bună calitate. Aceasta se cerne prin sită de mătase (ciorap) și se amestecă cu apă călduță (în care s-a dizolvat sarea) și cu ulei; apă se adaugă cît primește făina ca să se obțină o cocă potrivit de moale. Apoi se frămîntă bătîndu-se de masă cîteva minute, pînă ce aluatul devine elastic și potrivit de moale, după care se strînge în formă de minge, se crestează cu un cuțit pe deasupra, se pune pe o farfurie caldă, iar deasupra se pune o cratiță caldă cu gura în jos și se lasă într-un loc cald 20—30 min. Se taie apoi aluatul în două sau în trei bucăți care se întind pe rînd, pe o masă acoperită cu o față de masă presărată cu făină; dacă aluatul este potrivit de moale, se întinde ușor cu mîinile, iar dacă acesta este tare se întinde la început cu sucitorul, cît se poate de subțire, apoi se mai întinde în continuare cît mai merge cu mîinile. Aluatul bine reușit se întinde cu dosul mîinilor, trăgîndu-se ușor de la centrul foii spre marginea mesei, de jur-împrejur. Se lucrează repede, avînd grijă să nu se rupă foaia. După ce s-a întins pe toată suprafața mesei o foaie subțire, se taie marginile de la toate foile, se adună, se frămîntă din nou și se întinde o altă foaie.

Se lasă foile să se zvînte puțin (dacă se usucă se rup) și se stropesc cu unt topit sau cu ulei. Cu aceste foi se pot prepara diferite feluri de plăcinte, baclava, trigoane, cataif și multe altele.

1430. **Ștrudel cu mere**

1,5 kg mere, 100 g unt (pentru stropit foaia), 200-300 g zahăr, 50 g zahăr pudră vanilat, coajă rasă de la o lămîie.

Aluatul se prepară ca în rețeta precedentă, folosind aceleași cantități de componente.

Concomitent cu prepararea aluatului se prepară și merele, care se curăță de coajă, se taie în felii subțiri, se amestecă cu zahăr, scorțișoară, coajă de lămîie rasă și puțin pesmet alb. Din aluat se întinde pe rînd cîte o foaie ca în rețeta anterioară. Se lasă puțin să se zvînte, se stropește cu unt topit sau cu ulei, se presară cu pesmet alb și deasupra se întind merele pregătite, apoi se rulează apucînd dintr-o parte fața de masă (pe care s-a întins foaia) și ridicînd în sus cît trebuie să se ruleze ștrudelul după care

se taie după mărimea tăvii de copt. Se așază în tava unsă, se unge ștrudelul pe deasupra cu unt, cu o pană, și se coace în cuptor la foc potrivit, pînă se rumenește.

După ce s-a copt, se lasă să se răcească puțin, se presară cu zahăr pudră și se taie în bucăți potrivite.

1431. **Ştrudel cu nuci**

Aluatul se prepară la fel ca în rețeta 1429, folosind aceleași componente și cantități. În loc de mere se folosește umplutură de nuci (v. rețeta 1407).

1432. **Ştrudel cu brînză de vaci**

Se prepară la fel ca ștrudelul de mere, cu deosebirea că se folosește umplutură din brînză de vaci care se prepară astfel: se ia brînză de vaci proaspătă și bine scursă de zer și se frămîntă sau se trece prin sită. La *1 kg de brînză se adaugă 100 g făină, 4-5 gălbenușuri, 200 g zahăr, un vîrf de cuțit de sare, coajă de lămîie rasă, 100 g stafide (sau fără), scorțișoară, zahăr vanilat, după gust,* și se amestecă totul bine, după care se poate folosi la umplerea ștrudelului.

1433. **Sarailie**

500 g foi de plăcintă din comerț sau preparate în casă după rețeta 1429.

Pentru umplutură: *300 g miez de nucă, 500 g zahăr, 300 g unt, coajă de lămîie, rom.*

Se întind cîte două foi, una peste alta, se lasă să se zvînte 5—10 min, după care se taie dreptunghiuri cam de 20x25 cm, se ung cu unt topit, se presară la mijloc cu nuci tocate, apoi se îndoaie puțin înăuntru marginile foilor de pe latura mai lungă. Se pregătește un bețișor de grosimea unui creion care se așază pe una din laturile înguste ale foii și se rulează. Ruloul obținut se strînge cu mîinile din ambele părți, pînă se încrețește ca o armonică și rămîne de mărime potrivită. Se scoate bețișorul, iar sarailiile se așază într-o tavă unsă cu unt, una lîngă alta, se stropesc pe deasupra cu unt topit și se coc în cuptor. Cînd sînt gata, se toarnă peste ele sirop preparat din 300 g zahăr și 1/2 l apă și se mai țin la cuptor 10—15 min. Dacă rulourile au absorbit tot siropul și sînt cam uscate, se mai poate turna peste ele sirop. Pentru aromă și gust, în sirop se pune coajă de lămîie, vanilie și esență de rom.

1434. **Baclava**

500 g foi de plăcintă din comerț sau foi de ștrudel preparate ca în rețeta 1429.

Pentru umplutură: *350-400 g nuci pisate, 25 g coajă de lămîie, vanilie.*

Pentru sirop: *400 g zahăr, 100 g miere de albine, 1 l apă, coajă de lămîi, vanilie.*

Foile de plăcintă sau de ștrudel se taie dreptunghiular, de mărimea tăvii. Cantitatea de foi se împarte în trei părți egale. Prima parte de foi se pune în tava unsă cu ulei, avînd grijă să se stropească fiecare foaie cu ulei. Deasupra se pune pe întreaga suprafață a foilor jumătate din cantita-

tea de umplutură de nuci și se acoperă cu un alt strat de foi (a doua parte) stropite de asemenea cu ulei. Se pune și se întinde apoi restul de umplutură și deasupra se pune ultima parte de foi stropite cu ulei. Se taie cu un cuțit bine ascuțit bucăți dreptunghiulare, rombice sau triunghiulare, apoi se introduc în cuptor, la foc potrivit. Cînd baclavaua este coaptă, se toarnă peste ea un sirop de zahăr nu chiar fierbinte, după care se lasă să se răcească și se poate servi.

1435. **Trigoane din foi de ștrudel**

Din aluatul preparat ca în rețeta 1429 se întinde o foaie ca de ștrudel care, după ce s-a zvîntat puțin, se unge cu ulei sau cu unt topit și se împăturește de 3—4 ori, astfel încît să se obțină o foaie de 10—12 cm lățime, după care se taie în bucăți de 30—35 cm lungime. La unul din capetele fiecărei bucăți se pun cam 40 g umplutură de nuci care se prepară ca în rețeta 1407. Apoi se împăturește fiecare începînd de la capătul unde este pusă umplutura. Prin împăturire în colțuri se obține trigonul.

Trigoanele astfel împăturite se pun într-o tavă unsă, se ung și ele cu ulei și se introduc în cuptor să se coacă. Cînd sînt gata, se lasă să se răcească puțin, apoi se trec bucată cu bucată printr-un sirop de zahăr mai legat, căruia i se adaugă puțină miere de albine.

1436. **Trigoane din aluat foitaj**

Pentru aluat: *200 g unt, 250 g făină, 1 linguriță de oțet, sare și apă cît înghite făina.*

Pentru umplutură: *200-300 g miez de nucă, 60 g zahăr, 1 albuș de ou sau 1-2 linguri de lapte.*

Pentru sirop: *300 g zahăr, 1/2 l apă, 1 lingură de rom.*

Aluatul se prepară ca în rețeta 1429 și după ce a fost turat de 4 ori se întinde o foaie de 1/2 cm grosime. Cu un cuțit încins se taie foaia în pătrate cu latura de 8 cm și pe fiecare se pun cam 40 g umplutură de miez de nucă pisată în piuliță sau sfărîmat cu vergeaua etc. și preparată astfel: separat se bate albușul cu zahăr, se amestecă cu nucile pisate și se mai adaugă, după gust, coajă de lămîie sau de portocală rasă, zahăr vanilat sau scorțișoară. Se răsfrînge unul din colțuri, se aduce peste cel opus, obținîndu-se astfel trigonul, după care se strîng marginile ușor. Se așază într-o tavă umezită cu apă rece și se coc în cuptor încins, 10—12 min. La început focul trebuie să fie mare, după care temperatura se reduce din ce în ce mai mult. Cînd sînt gata, se lasă să se răcească puțin, apoi se trec bucată cu bucată printr-un sirop de zahăr mai legat, căruia i se adaugă puțină miere de albine.

1437. **Cataif cu frișcă**

300-400 g făină, 2 ouă, apă cît cuprinde, puțină sare.

Pentru sirop: *250 g zahăr, 300 ml apă, 1/2 baton de vanilie, 200 g unt, 400 g frișcă pentru garnitură.*

Din făină, ouă și apă cît primește făina se prepară un aluat ca de tăiței. Se împarte aluatul în două și se întinde cîte o foaie cît mai subțire, după care se lasă puțin să se usuce, apoi se răsucește, formîndu-se un sul, din care se taie tăițeii foarte subțiri și se întind pe o față de masă să se usuce, dar nu prea mult. Se ia o tavă dreptunghiulară cît mai mare, se

unge bine cu unt, se întind tăiteii frumos pe fundul tăvii și cu un cuțit crestăm cataiful ca în porții. Se tropesc bine tăiteii deasupra cu unt topit și se introduc în cuptor bine încins ca să se rumenească puțin, după care se stropesc cu sirop legat și se lasă să se răcească bine. Înainte de servire se bate frișca, care a fost ținută în frigider 2—3 ore; altfel nu se bate bine. Cînd frișca este aproape trei sferturi gata se adaugă 2—3 linguri de zahăr pisat și cernut. Jumătate din cataif se scoate din tavă pe un platou plat, se întinde deasupra o parte din frișcă peste care se pune restul de cataif în aceeași ordine, cu tăietură între ele. Cu restul de frișcă se garnisește cataiful pe deasupra.

1438. **Aluat fraged**

400 g făină, 200 g unt, 1-2 gălbenușuri, 100 g zahăr, un vîrf de cuțit sare și eventual mirodenii, după gust: coajă de lămîie sau de portocală rasă, zahăr vanilat, 1 linguriță de rom.

Se cerne făina pe o planșetă sau într-un castron, se adaugă untul tăiat în bucățele, ouăle, zahărul pisat, sare și, după gust, unele mirodenii. Se amestecă scurt și repede, atît cît să se încorporeze ingredientele, obținîndu-se o cocă netedă, semitare, care se lasă să se odihnească 1—2 ore, după care se poate folosi la prepararea diferitelor prăjituri.

1439. **Aluat fraged cu bicarbonat sau cu praf de copt**

400 g făină, 150 g unt sau margarină, 2 gălbenușuri, 1 ceașcă de smîntînă sau lapte (100 ml), 100 g zahăr pudră (pisat și cernut), coajă de lămîie, un vîrf de cuțit de bicarbonat sau praf de copt, 1 vîrf de cuțit sare, 1 lingură de zeamă de lămîie sau rom.

Se cerne făina pe o planșetă, se face o gropiță la mijloc în care se pun zahărul pudră, untul tăiat în bucățele, smîntîna sau laptele, gălbenușurile, sarea, coaja de lămîie și bicarbonatul sau praful de copt stins cu zeamă de lămîie sau cu rom. Se frămîntă scurt și repede pînă se încorporează ingredientele și se face coca netedă și nu prea moale. Se lasă apoi să se odihnească 2 ore, după care se întrebuințează la diferite preparate pentru desert.

1440. **Aluat foarte fraged (pufos)**

200 g făină, 150 g unt, 160 g smîntînă groasă, 1 vîrf de cuțit sare.

Se cerne făina într-un castron, se adaugă untul moale (sau frecat din timp cu zahăr), smîntîna, puțină sare și se frămîntă repede. Se lasă 30—40 min la odihnă, după care se întinde, pe o planșetă presărată cu făină, o foaie de 2 cm grosime, se împăturește și se dă la rece pentru 20—30 min. Apoi se repetă operația încă o dată și se dă din nou la rece pentru 10—20 min, după care se poate folosi la prepararea pateurilor.

1441. **Aluat de tarte fără zahăr**

300 g făină, 2 gălbenușuri, 100 g unt sau margarină, 1/2 linguriță de sare și tot atîta praf de copt, apă cît cuprinde aluatul.

Sarea și praful de copt se amestecă cu făină cernută, se adaugă untul tăiat în bucățele, se amestecă din nou, apoi se adaugă apă cît absorabe făina ca să iasă un aluat semitare. După ce se frămîntă, se lasă alua-

tul să se odihnească o oră, apoi se împarte în 20—25 bucăți egale care se pun în forme mici de tarte, căptușind cu aluat interiorul acestora.

Înainte de a se introduce în cuptor, se înțeapă coca din forme în cîteva locuri, cu vîrful unui cuțit, ca să nu se ridice sau să se deformeze golul în timpul coacerii; pentru aceasta se mai pune în forme, peste aluat, și cîte o punguliță de hîrtie albă cu boabe uscate de porumb sau de fasole. Se așază tartele într-o tavă și se introduc în cuptorul încălzit ceva mai slab ca de obicei. După ce s-au copt, tartele se lasă 10—15 min să se răcească, după care se scot din forme și se umplu cu cremă sau cu umplutura pe care o dorim.

1442. **Aluat pentru tarte dulci**

400 g făină, 150 g unt, 100 g zahăr, 1 ou, 2-3 linguri de smîntînă sau lapte, 1 vîrf de cuțit de praf de copt, 1 linguriță de zeamă de lămîie.

Aluatul se prepară după rețeta precedentă, respectînd toate indicațiile. Tartele din acest aluat se folosesc pentru a fi umplute cu creme, fructe sau cu diferite umpluturi dulci. Se servesc ca pentru desert.

1443. **Tarte cu căpșune, zmeură sau cu fragi**

Aluatul se prepară după rețeta 1442. Tartele se pot coace cu 1—2 zile înainte de întrebuințare, dar se umplu doar cu 2—3 ore înainte de servire, deoarece altfel coșulețele pentru tarte se înmoaie și se sfărîmă.

Pentru umplutură, crema de vanilie se prepară din: *1/2 l lapte, 150 g zahăr tos, 3-4 ouă, 60 g făină, 1 pachețel vanilie, 50 g zahăr pudră.*

Pentru restul de umplutură se întrebuințează fructe: *500-600 g căpșune, zmeură sau fragi stropiți cu rom.*

Pentru prepararea cremei de vanilie se freacă ouăle cu zahărul, se adaugă făina și se subțiază cu puțin lapte rece, iar după aceea se toarnă restul de lapte fierbinte în care s-a pus zahăr vanilat. Se amestecă în continuare pe foc, pînă dă crema în cîteva clocote și se îngroașă. Apoi se ia la o parte și se mai amestecă crema pînă se răcește, după care se umplu cu ea tartele pînă la 3/4 din înălțime. Peste cremă se așază fructele spălate și stropite cu rom. La urmă se pudrează cu zahăr pudră.

1444. **Tarte cu căpșune și cu frișcă bătută**

Tartele se pregătesc la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că la urmă, înainte de a fi servite, peste umplutură de cremă sau numai de fructe se pune cu sprițul frișcă bătută cu zahăr și cu vanilie, iar deasupra, peste frișcă, se pune cîte o căpșună întreagă.

1445. **Tarte cu zmeură și cu frișcă bătută**

Se prepară la fel ca în rețeta anterioară, în loc de căpșune punîndu-se la urmă zmeură.

1446. **Tarte cu vișine**

Aluatul se pregătește la fel ca în rețeta 1442.

Pentru umplutură: *750 g vișine, 250 g zahăr, 2 ouă, 100 g miez de nucă, 50 g pesmet alb, 30 g unt, 1 vîrf de cuțit scorțișoară pisată.*

Vișinele, cărora li s-au scos mai întîi sîmburii, se presară cu 150 g de zahăr și se lasă să se scurgă 2—3 ore. Între timp se prepară aluatul cu care se tapetează formele de tarte unse cu unt. Se presară cu pesmet, după care se pun vișinele scurse de zeamă, peste care se toarnă următoarea compoziție: se pun gălbenușurile într-un castron, se freacă cu restul de zahăr, se adaugă miezul de nucă măcinat, scorțișoara pisată și la urmă albușurile bătute spumă. Se amestecă ușor adăugînd puțin cîte puțin zeama scursă de la vișine și imediat se pun formele într-o tavă, se introduc în cuptor la foc domol și se coc 30—40 min.

1447. **Tarte cu caise**

Se prepară la fel ca tartele cu căpșune, cu deosebirea că în loc de căpșune se folosesc caise, care se aleg nu prea răscoapte. Caisele se spală, se taie în două, li se scot sîmburii, se așază într-o cratiță (cu tăietura în sus), peste ele se toarnă sirop bine legat (200 g zahăr, 100 ml apă) și se dau în cîteva clocote. Se scot apoi din sirop scurgîndu-se bine și se așază cîte 2—3 jumătăți de caise peste crema de vanilie pusă din timp în coșulețele de aluat (tarte) preparate conform indicațiilor date la rețeta 1442. La urmă, cînd s-au răcit caisele, se pensulează (glasează) pe deasupra cu siropul rămas a cărui consistență se mărește prin încălzire, sau se glasează cu jeleu de fructe încălzit.

1448. **Tarte cu bezea și dulceață sau gem**

Aluat pentru tarte: *400 g făină, 100 g unt, 80 g zahăr, 1-2 gălbenușuri, 2-3 linguri de smîntînă sau lapte, 1 vîrf de cuțit praf de copt sau bicarbonat, sare, 1 linguriță de zeamă de lămîie. Dulceață sau gem de fructe 300 g.*

Pentru bezea: *3 albușuri, 150 g zahăr, 1 lingură de zeamă de lămîie.*

Din componentele prevăzute pentru aluat se prepară tarte după indicațiile din rețeta 1442. Apoi, în fiecare tartă se pune cîte o linguriță de dulceață sau de gem de fructe, restul spațiului umplîndu-se cu bezea. Umplerea se face cu ajutorul unui poș cu dui sau a unui cornet confecționat din pergament. La urmă, după ce tartele umplute s-au răcit, se glasează pe deasupra cu jeleu de fructe încălzit, sau cu sirop gros de la dulceață.

Bezeaua se prepară din 3 albușuri, care se pun într-un vas cu fundul oval (căzănel) introdus în alt vas cu apă clocotită; după ce albușurile se bat spumă, se adaugă treptat zahărul și se continuă baterea pînă ce acestea se îngroașă și atunci se adaugă zeama de lămîie, după care se scoate vasul din apa clocotită, se pune în alt vas cu apă rece și se mai bat albușurile puțin. (Zeama de lămîie poate fi înlocuită cu sare de lămîie dizolvată, iar pentru colorare se poate adăuga foarte puțin colorant alimentar dizolvat în puțină apă sau zeamă de fructe (caise, fragi, zmeură, căpșune sau vișine).

Bezeaua poate fi pregătită și mai simplu: albușurile se bat cu zahăr fără a se mai pune în baie de apă clocotită. Această variantă este buna numai dacă tartele se servesc imediat, altfel bezeaua se lasă.

1449. **Tarte cu cremă de vanilie și cu struguri**

Tartele se prepară ca în rețeta 1442, folosindu-se aceleași componente și cantități, dar în loc de căpșune se folosește 1 kg de struguri

(Ceasla cu bobul bine copt) și în plus: 150 g zahăr pentru sirop și jeleu pentru glasat.

Se coc tartele, se lasă să se răcească, după care se umplu cu cremă de vanilie peste care se așază boabele de struguri în prealabil opărite și date prin sirop de zahăr. După ce se lasă la rece 20—30 min, se glasează cu jeleu de fructe bine încălzit sau cu sirop gros de la dulceață.

1450. **Tarte (coșulețe) din aluat fraged cu șarlotă**

Tartele (coșulețele) se prepară ca în rețeta 1442.

Pentru șarlotă: *250 g zahăr, 100 ml lapte, 3 gălbenușuri, 500 g frișcă, 300 g fructe confiate, 30 ml rom, 1 pachețel de zahăr vanilat, 25 g gelatină.*

Se pun gălbenușurile într-un căzănel, se adaugă zahărul și se freacă 5—6 min, după care se adaugă laptele fierbinte, zahărul vanilat și se pune pe foc, amestecînd în continuu cu un tel, pînă este aproape să dea în fiert; atunci se mai adaugă gelatina (care se pune din timp la înmuiat în apă rece, se ține 1 oră, după care se stoarce bine) și împreună se mai amestecă pe foc 2—3 min. Se ia apoi crema de pe foc și se lasă la rece. Între timp, frișca se ține la frigider sau se toarnă într-un lighean mic (căzănel) care se așază în alt vas cu gheață pisată, apoi se bate cu telul pînă se îngroașă, după care se adaugă romul, amestecîndu-se ușor pînă se face compoziția omogenă. Se umplu apoi tartele cu ajutorul unui cornet, iar peste crema de șarlotă se așază fructele și cîte o rozetă spriță cu frișcă reținută, ca pentru decor.

1451. **Tarte (coșulețe) cu nuci**

Tartele se prepară ca în rețeta 1442.

Pentru umplutură: *4 albușuri, 200 g zahăr, 250 g miez de nucă măcinat, coaja de la o lămîie, zeama de la 1/2 lămîie.*

Se bat albușurile spumă, apoi se adaugă treptat zahărul, zeama de lămîie și se mai bat 5—6 min. Se adaugă nucile, coaja de la lămîia rasă și se amestecă ușor numai pentru omogenizare. Cu această compoziție se umplu coșulețele coapte numai pe jumătate, după care se ung cu gem sau cu marmeladă. Tartele umplute (coșulețele) se pun într-o tavă, se introduc în cuptorul ușor încălzit si se țin pînă se rumenesc pe deasupra.

1452. **Tarte cu orez și gem de caise sau dulceață**

Se pregătesc tarte coapte după indicațiile date în rețeta 1442 și cînd sînt reci se pune în fiecare tartă cîte o linguriță de gem sau de dulceață, după care se umplu cu orez fiert în lapte cu vanilie și zahăr (bine răcit), iar peste orez se pune din nou gem sau dulceață. Se mai poate garnisi și cu fructe proaspete (căpșune sau fragi), iar în orezul fiert se poate introduce crema de vanilie care se prepară după rețeta 1590.

1453. **Lintzer cu mere (plăcintă)**

350 g făină, 250 g unt, 300 g zahăr, 2 ouă, 1 pachețel praf de copt, coaja rasă de la 1 lămîie, 1 lingură cu vîrf de griș, scorțișoară, 1 kg mere acrișoare.

Făina se cerne într-un castron, se adaugă 150 g unt moale, 200 g zahăr, ouăle, praf de copt stins cu zeamă de lămîie și eventual 2—3 linguri

de lapte dacă aluatul este prea tare. Se amestecă pînă la omogenizarea compoziției într-un aluat neted, nu prea moale, care se lasă să se odihnească 50 min. În acest interval se prepară umplutura de mere astfel: merele, curățate de coajă, se rad pe răzătoarea mare, se pun într-o cratiță pe foc și se adaugă zahărul rămas (100 g), restul de unt, coaja de lămîie rasă, scorțișoară și se amestecă cu o lingură de lemn pînă ce merele lasă zeamă, se adaugă grișul și se ia compoziția de pe foc. Din două treimi de aluat se întinde o foaie după mărimea tăvii dreptunghiulare, cu care se tapetează tava, iar deasupra se întinde umplutura de mere. Din restul de aluat se formează suluri cu diametrul unui creion și din acestea se construiește deasupra umpluturii un grătar, după care se introduce plăcinta în cuptor la foc potrivit. După ce se scoate din cuptor și s-a răcit puțin se taie în bucăți în tavă, apoi se aranjează pe un platou și se presară cu zahăr pudră.

1454. **Lintzer cu nuci și marmeladă**

Aluatul se prepară ca în rețeta precedentă, folosind aceleași componente și cantități.

Pentru umplutură: *150 g marmeladă, 200 g miez de nucă, 2 albușuri de ouă, zahăr vanilat, scorțișoară, zahăr pudră.*

Compoziție de ouă: *2 ouă, 60 g zahăr, 50 g făină, 1 lingură zeamă de lămîie.*

Aluatul se întinde pe o tavă dreptunghiulară, apoi se înțeapă în cîteva locuri și se introduce în cuptor, unde nu se coace definitiv (numai circa 70%). După aceea, pe toată suprafața se întinde un strat de marmeladă peste care se așază umplutura de nuci, prgătită astfel: într-un vas cu fundul oval se pun zahărul, nucile măcinate, scorțișoară, coaja de lămîie rasă (eventual vanilie sau 1 lingură de rom), albușurile nebătute, se amestecă pe foc pînă se încălzesc bine, după care se toarnă în tavă peste foaia unsă cu marmeladă. Se nivelează uniform și peste aceasta se mai toarnă o compoziție din ouă pregătită astfel: albușurile se bat cu zahărul, se adaugă zeama de lămîie, gălbenușurile oprite, făina și se amestecă cît mai lejer. Se nivelează și se introduce din nou în cuptorul încălzit moderat să se coacă. Se taie caldă și se presară cu zahăr pudră.

1455. **Plăcintă cu prune**

400 g făină, 150 g unt, 200 g zahăr, 100 ml lapte, 4 ouă, 1/2 pachet praf de copt, 600 g prune, 50 g zahăr pudră.

Într-un castron se amestecă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă făina, laptele și praful de copt, iar la urmă albușurile bătute spumă, amestecîndu-se ușor. Se toarnă compoziția într-o tavă unsă cu unt și pudrată cu făină, se așază deasupra prunele desfăcute în două fără sîmburi și cu partea tăiată în sus. Se coace la foc potrivit pînă ce aluatul care s-a ridicat între prune s-a rumenit. Se taie caldă și se presară cu zahăr pudră.

1456. **Plăcintă cu vișine I (aluat cu smîntînă)**

300 g făină, 300 g smîntînă, 2 ouă, 200 g zahăr, 600 g vișine, 50 g pesmet alb, 50 g zahăr pudră.

Se freacă ouăle cu 100 g zahăr 5—6 min, după care se adaugă făina, smîntîna, puțină sare și se frămîntă bine. Se lasă aluatul să se odihnească

1—2 ore. În acest interval de timp se scot sîmburii vișinelor, se adaugă restul de zahăr, pesmet și se lasă să stea cam 1 oră. Din aluat se întind două foi cu grosimea de 1 cm. Prima foaie se așază pe o tavă și se coace pe jumătate, apoi se scoate din cuptor, se presară cu puțin pesmet și se pun deasupra vișinele scurse de zeamă, peste care se așază pătrate cu latura de circa 10 cm, decupate din a doua foaie. Acestea se ung cu ou pe deasupra sau se presară cu puțin zahăr tos și se introduce tava din nou în cuptor. Se coace plăcintă pînă s-a rumenit potrivit. Se taie după ce s-a răcit pe jumătate, după conturul pătratelor suprapuse și se presară pe deasupra cu zahăr pudră.

1457. **Plăcintă cu vișine II (aluat cu unt)**

Pentru aluat: *300 g făină, 200 g unt, 200 g zahăr pudră, 5 ouă.*
Pentru umplutură: *600 g vișine, 150 g zahăr tos, 5 albușuri.*

Din făină, unt, zahăr pudră și gălbenușuri se prepară aluatul, din care se întinde o foaie de mărimea tăvii în care se așază. Se coace pe jumătate, apoi se toarnă pe deasupra umplutura preparată din cele 5 albușuri rămase de la prepararea aluatului care se bat cu zahărul, la urmă adăugîndu-se vișinele fără sîmburi. Se nivelează cu lama unui cuțit, modelînd deasupra rînduri sau gratii, se introduce tava în cuptor și se coace plăcinta la foc potrivit.

1458. **Plăcintă cu vișine III**

200 g unt, 200 g zahăr pudră, 250 g făină, 60 g amidon, 5-6 ouă, 600 g vișine, 1 pachețel praf de copt, 100 ml lapte, 30 g unt pentru uns tava, 1 lingură zeamă de lămîie.

Se pun într-un castron untul și zahărul pudră și se freacă pînă se obține o cremă spumoasă. Se adaugă gălbenușurile unul cîte unul și se amestecă bine pînă se încorporează. Se adaugă praful de copt stins cu zeamă de lămîie, laptele, făina, amidonul, amestecîndu-se în continuare 2—3 min, după care se adaugă albușurile bătute bine. Se toarnă compoziția într-o tavă dreptunghiulară (ca aceea de la cuptorul de aragaz) unsă cu unt și presărată cu făină, se așază pe deasupra vișinele, cărora li s-au scos sîmburii, se introduce plăcinta în cuptor și se coace timp de 30—35 min, la temperatură potrivită. Se taie în bucăți după ce s-a răcit puțin și se presară pe deasupra cu zahăr pudră amestecat cu zahăr vanilat.

1459. **Plăcintă cu cireșe**

Se prepară la fel ca plăcinta cu vișine, numai că după ce li s-au scos cireșelor sîmburii, acestea se stropesc cu o lingură de rom superior amestecat cu o lingură de zeamă de lămîie.

1460. **Plăcintă cu brînză de vaci**

Pentru aluat: *500 g făină, 250 g unt, 50 g zahăr, 1 vîrf de cuțit praf de copt și puțină sare.*
Pentru umplutură: *400 g brînză de vaci, 3-4 ouă, 100 g smîntînă groasă, 50 g unt, 100 g zahăr, 1 lingură griș, 1 pachețel zahăr vanilat, 60-100 g stafide, coajă de lămîie sau de portocală rasă.*

Se pun într-un castron untul moale, făina, zahărul, praful de copt, sare și se amestecă bine. Se lasă aluatul la rece 30—40 min, după care se

împarte în două jumătăți. Din prima jumătate, pe o planșetă presărată cu făină, se întinde o foaie de mărimea tăvii în care se coace plăcinta. Se așază în tavă și deasupra se pune un strat de umplutură preparată din brînza de vaci amestecată cu zahărul, gălbenușurile, smîntîna, untul topit, grișul, zahărul vanilat, coaja de lămîie rasă, stafidele opărite și la urmă se introduc în această compoziție albușurile bătute spumă, amestecînd ușor pînă la încorporarea în restul compoziției. Stratul de umplutură se acoperă cu foaia preparată din restul de aluat, se unge pe deasupra cu ou bătut și se introduce în cuptorul încălzit potrivit. Cînd s-a copt, se presară cu zahăr pudră, se taie în bucăți și se așază pe platou.

1461. **Plăcintă cu brînză de vaci în foi de plăcintă**

500 g foi de plăcintă, 200 g unt sau margarină. Umplutura se prepară la fel ca în rețeta anterioară, folosind aceleași componente și cantități.

Se unge cu unt o tavă dreptunghiulară cu dimensiunea potrivită, apoi se taie foile de plăcintă după forma și mărimea tăvii. Jumătate din foi se așază în tavă stropindu-se între ele cu unt topit, iar deasupra se întinde umplutura de brînză preparată după indicațiile din rețeta precedentă. Peste umplutură se așază cealaltă jumătate de foi de plăcintă, stropite între ele cu unt. Se unge plăcinta deasupra cu restul de unt și se introduce în cuptorul încălzit potrivit. Cînd plăcinta este gata, se taie cînd este caldă în bucăți și se presară cu zahăr pudră pe deasupra.

1462. **Plăcintă cu brînză și mărar**

Aluatul se prepară la fel ca în rețeta 1419, folosind aceleași componente și cantități.

Pentru umplutură: *200 g brînză telemea (de Dorna), 300 g brînză de vaci, 2 ouă, cîteva legături de mărar proaspăt, sare după gust.*

După ce aluatul a dospit, se pune pe o planșetă presărată cu făină și, cu sucitorul, se întinde o foaie de mărimea tăvii în care se coace plăcinta. Foaia se așază în tava unsă cu unt sau se taie în pătrate cu latura de 12—14 cm, pe care se așază umplutura de brînză frămîntată cu ouă, mărar tăiat mărunt și eventual potrivită de sare. Foile pătrate se umplu ca și brînzoaicele poale-n brîu (v. rețeta 1419) sau se pregătesc ca ștrudelul cu brînză (v. rețeta 1432). Se așază în tavă, se ung pe deasupra cu ou bătut și se coc în cuptor 30—40 min.

1463. **Plăcintă cu urdă și mărar**

Se prepară la fel ca în rețeta anterioară, cu deosebirea că în loc de umplutură de brînză se folosesc 600 g urdă dulce. Se recomandă ca după ce s-a pregătit plăcinta și s-a așezat în tava unsă cu unt să se lase să mai crească circa 30 min, după care se unge cu ou sau cu unt topit și se introduce în cuptor la copt.

1464. **Plăcintă cu griș și cu fructe din dulceață**

Pentru aluat: *400 g făină, 200 g unt, 50 g zahăr, 5 g sare.*

Pentru umplutură: *300 g griș, 5 ouă, 1 l lapte, 200 g zahăr tos, 1-2 pachețele de zahăr vanilat, coajă de portocală rasă, 300 g fructe din orice dulceață.*

Din unt, făină, zahăr (50 g) și puțină sare se prepară o cocă fragedă, din care se întind două foi de dimensiunea tăvii în care se coace plăcinta.

Separat, într-o oală, se pune laptele să fiarbă în care se toarnă grișul treptat, cîte puțin, presărîndu-se sub formă de ploaie și amestecînd repede cu un tel, ca să nu se facă cocoloașe. Se adaugă zahărul, zahăr vanilat și după ce s-a răcit puțin se adaugă pe rînd, unul cîte unul, ouăle și se amestecă cu coaja de portocală sau de lămîie rasă, fructe din dulceață sau fructe confiate, tăiate în bucățele mici și se așază în tavă peste foaia întinsă, iar peste această umplutură de griș nivelat se pune cealaltă foaie de aluat. Plăcinta se taie de crudă, cu un cuțit cu lama subțire (fără să se deformeze), se introduce în cuptor și se coace pînă se rumenește frumos pe deasupra. După gust, se poate servi cu sirop de fructe sau de zahăr ars (caramel).

1465. **Plăcintă cu dovleac I**

Pentru aluat: *600 g făină, 50 ml ulei, 1 ou, 30 g drojdie de bere, 1 pahar de lapte, 1 lingură de zahăr.*

Pentru umplutură: *3-4 kg dovleac, 300 g zahăr tos, 50 g zahăr farin (pudră), scorțișoară, 1 ou.*

Se cerne făina într-un castron, se adaugă drojdia dizolvată cu puțin lapte călduț, 1 ou, ulei, zahăr, puțină sare și lapte călduț sau apă atît cît cuprinde făina. Se frămîntă la început cu furculița și apoi cu mîna, pînă se obține o cocă semitare care se acoperă cu un șervet și se lasă la un loc călduț să crească.

Între timp, dovleacul se curăță de coajă și de semințe, se dă pe răzătoarea mare, se amestecă cu zahăr tos și cu scorțișoară pisată și se pune într-o tavă la cuptor. După coacere se lasă să se răcească. Aluatul dospit se împarte în 2—3 bucăți din care pe rînd, pe o planșetă presărată cu făină, se întinde cîte o foaie subțire peste care se pune un strat de dovleac semicopt, se rulează, se așază în tava unsă cu ulei. Pe deasupra se unge cu ou bătut sau cu ulei și se introduce în cuptor, unde se ține 1/2 oră. Se servește caldă sau rece, presărată cu zahăr farin.

1466. **Plăcintă cu dovleac II**

Se prepară aluatul la fel ca în rețeta precedentă și după ce a crescut se împarte în 8—10 părți egale. Din fiecare parte se întinde cîte o foaie care se unge cu unt sau cu ulei călduț, se pune deasupra dovleac pregătit după indicațiile date în rețeta anterioară, după care se împăturesc astfel: se aduc marginile foii la mijloc petrecîndu-se una peste alta sub formă de plic, se apasă puțin cu degetele, după care se lasă 20—30 min să mai crească aluatul, apoi se așază în tăvi unse cu ulei, iar plăcintele se ung pe deasupra cu ou și se introduc în cuptor. Cînd sînt gata se pudrează cu zahăr.

1467. **Plăcintă cu brînză**

Pentru aluat: *300 g făină, 1 pachet margarină sau 1 pachet unt, 4 linguri apă, 1 lingură oțet, sare.*

Pentru umplutură: *1 kg brînză de vaci, 200 g zahăr, 100 g făină, 75 g unt, 4 ouă întregi, stafide, coaja rasă de la 1 lămîie, zahăr vanilat.*

Se amestecă componentele pentru aluat pînă se omogenizează, dar nu se frămîntă, încît pot rămîne bucățele mici de grăsime în cocă. Aluatul

se ţine la rece 2—4 ore, fără să îngheţe, apoi se întinde jumătate din aluat pe fundul tăvii unsă cu unt.

Umplutura se prepară amestecînd componentele pînă se obţine o compoziţie omogenă. Se aşază umplutura în tavă, se nivelează şi se acoperă cu cealaltă jumătate din aluat. Se înţeapă în cîteva locuri cu furculiţa, pătrunzînd pînă la fundul tăvii. Se poate unge cu ou. Se introduce plăcinta în cuptorul încins, se coace la foc iute 10—15 min, apoi se reduce temperatura şi se continuă coacerea pînă se rumeneşte frumos.

1468. **Aluat rapid românesc pentru plăcintă cu brînză**

600 g făină, 100 ml ulei, 200 ml apă, 1 ou, 1 lingură oţet, 1 linguriţă rasă cu sare, 200-300 g margarină sau unt.

Din făină, ulei, apă, oţet se frămîntă coca potrivit de moale, fără să fie lipicioasă. Se întinde cu sucitorul o foaie subţire şi rotundă şi se unge cu margarină bine frecată. Se fac opt tăieturi radiale (sub formă de rozetă) lăsînd în mijloc un disc avînd diametrul aproximativ jumătate din cel al discului iniţial netăiat. Fiecare porţiune se întoarce peste cercul din mijlocul foii peste partea opusă (din faţă). Astfel se suprapun porţiunile 1 cu 5, 2 cu 6, 3 cu 7 ş.a.m.d. Se lasă coca în repaus 1—2 ore la loc răcoros, sau la frigider. Se întinde apoi cu sucitorul o foaie pînă la grosimea de 5—6 mm, se împătureşte în trei sau în patru, întocmai ca aluatul franţuzesc, după care se întinde o foaie subţire mai mare de două ori decît tava şi aceasta se secţionează în două, formînd două foi potrivite pentru suprafaţa tăvii.

Prima foaie se aşază pe tavă, se pune pe ea umplutura dorită şi cu a doua foaie se acoperă, se lipesc prin apăsare cu degetele marginile, se unge foaia de deasupra cu ulei sau cu unt topit şi se coace plăcinta la cuptor. În timp ce se coace la cuptor, foai groasă se înfoaie în multe foi subţiri, ca aluatul franţuzesc.

1469. **Foitaj (aluat franţuzesc) de bază**

300 g unt sau margarină, 300 g făină, 1 gălbenuş, 1/2 linguriţă de sare, 1 lingură de oţet, apă cît cuprinde făină (circa 200 ml), 60 g făină pentru unt.

Se cerne făina pe o planşetă, apoi se face o gropiţă în care se pune un gălbenuş, apă (nu prea rece), sarea dizolvată şi oţetul. La început, se amestecă cu vîrful unui cuţit sau cu o furculiţă, pînă cînd toată făina se va transforma în cocă. Apoi se frămîntă cu mîna pînă cînd aluatul devine omogen şi nu se mai lipeşte de mînă şi nici de planşetă; la început se pune mai puţină apă iar la urmă se mai adaugă după nevoie. Aluatul frămîntat se înveleşte într-un şervet şi se ţine la rece 20—30 min.

În acest timp se frămîntă untul, care a fost bine scurs de zer prin presare şi ţinut în frigider, ca să fie tare; untul se taie în bucăţele, se adaugă făina şi cu dosul unei furculiţe se frămîntă 1—2 min, fără să se înmoaie, după care i se dă o formă dreptunghiulară şi se pune pentru cîteva minute la rece (fără să se întărească). În acest moment, se presară planşeta cu făină şi se întinde aluatul cu sucitorul, sub forma unui dreptunghi de 2 ori mai mare decît dreptunghiul de unt. Marginile dreptunghiului de aluat se întind mai subţiri. La mijlocul dreptunghiului de aluat se aşaza dreptunghiul de unt care se împachetează cu aluat astfel: se întorc marginile foii de aluat peste dreptunghiul de unt în formă de plic, se apasă uşor

cu mîna și se pune în frigider pentru 20 min. După ce se scoate din frigider, se pune pe planșeta presărată cu făină și se întinde cu sucitorul o foaie de 3—4 ori mai lungă decît lată și de grosime uniformă (cam de 1,5 cm), care se împăturește în trei sau în patru, astfel: partea foii din stînga se suprapune peste două treimi ale foii spre dreapta, apoi partea foii din dreapta se suprapune peste partea stîngă, după care se apasă ușor cu mîna și se dă din nou la rece.

Operația se repetă de 4—5 ori cu interval de odihnă la frigider de cîte 20 min. Dacă se împăturește în patru, atunci operația se face numai de 3—4 ori, în felul următor: părțile laterale (capetele) se îndoaie aducîndu-se spre mijloc, față în față, și apoi încă o dată, în forma unei cărți închise. Operația de împăturire și întindere se poate face de două ori, una după alta, ceea ce va scurta timpul de lucru.

Foitajul obținut (crud) se ține învelit cu un șervet subțire la frigider pînă la folosire, pentru produsul destinat, sau se întinde cu sucitorul în foi subțiri, de forma și de mărimea tăvii, care nu se ung ci doar se stropesc cu apă rece, iar foaia așezată se înțeapă cu o furculiță din loc în loc, pe întreaga suprafață, pentru a nu se balona. Se coace pînă la rumenire completă, la o temperatură cît mai mare, timp de 12—14 min, după care se micșorează temperatura, foitajul ținîndu-se în cuptor pînă se va rumeni frumos și se va constata că este copt suficient. Se întrebuințează pentru cremșnit.

Unele îndrumări (indicații):

— făina trebuie să fie numai de calitate bună și proaspăt cernuta prin sită de mătase;

— untul să nu aibă zer. Dacă are zer, acesta se poate scoate presîndu-l cu dosul unei linguri de lemn;

— untul nu trebuie să fie moale, nici prea tare, ca să se poată întinde fără să se înglobeze în aluat;

— aluatul nu trebuie să fie tare, nici prea moale. Totuși dacă aluatul este prea moale, se presară mai mult cu făină în tot timpul operației de turare (întoarcere), apoi toată făina de prisos de pe aluat se înlătură cu o pană, pentru ca aluatul să nu se îmbine cu multă făină, altfel foitajul va ieși uscat;

— oțetul poate fi înlocuit cu zeamă de lămîie sau cu vin;

— gălbenușul poate fi suprimat din rețetă;

— sucitorul (vergeaua) se recomandă să fie cu mînere la capete;

— cuptorul are rolul cel mai important. La început trebuie să fie cît mai încins, ca să crească aluatul. Abia după 10—12 min se slăbește puțin focul și se poate deschide ușa cuptorului, dar puțin și cît mai repede, atît cît să se poată vedea dacă aluatul a crescut și dacă s-a rumenit; dacă nu s-a rumenit se închide repede cuptorul și se mai continuă coacerea cît este nevoie, după care se scoate din cuptor;

— foaia de foitaj copt trebuie să fie bine rumenită, altfel ea este compactă, grea și tare.

1470. **O mie de foi (mille feuilles) cu pastă de mere**

Aluatul de foitaj se prepară la fel ca în rețeta precedentă, folosind aceleași componente și cantități.

Pentru umplutură: *1 kg mere, 300 g zahăr tos, 50 g unt, coajă de lămîie, scorțișoară, zahăr vanilat.*

Se aleg mere acrișoare, se curăță de coajă, se taie în felii subțiri sau se rad pe răzătoarea mare și se pun într-o cratiță, la foc, împreună cu za-

hărul, untul şi puţină apă. Se amestecă, călindu-se pînă scad şi se leagă puţin. Se adaugă coaja de lămîie rasă, scorţişoară pisată, zahăr vanilat, se amestecă şi se lasă să se răcească.

Foitajul (aluatul de foitaj) poate fi pregătit şi copt din timp. Se întinde pe planşeta presărată cu făină o foaie de circa 1 cm grosime. Cu un cuţit sau cu ruleta se taie din foaie pătrate sau romburi cu latura de 6—8 cm, se aşază într-o tavă neunsă dar uşor stropită cu apă rece, se introduc imediat în cuptorul bine încins şi se coc circa 12—14 min. După coacere foile se despică în două, între ele se pune un strat de umplutură de mere apoi se presară deasupra cu zahăr pudră.

1471. **O mie de foi cu gem de caise**

Foile din aluatul foitaj după ce au fost coapte, aşa cum s-a arătat în reţeta precedentă, se despică în două şi între ele se aplică un strat de gem. Se pot suprapune şi mai multe foi coapte şi umplute între ele cu straturi de gem.

Deasupra ultimului strat se presară cu zahăr pudră sau se glasează cu jeleu de fructe.

1472. **Rulouri cu frişcă**

Se prepară aluatul la fel ca la reţeta 1469. În plus sînt necesare 1 ou, 50 g zahăr tos şi frişcă bătută. Din aluatul foitaj se întinde o foaie groasă de 1/2 cm, care se taie în benzi de 30 cm lungime şi de 2 cm lăţime, după care se înfăşoară în spirală pe tuburi speciale de tablă avînd 15 cm lungime. Se aşază în tavă, se ung cu ou, se presară pe deasupra cu zahăr tos, se introduc în cuptor şi se coc la foc bine încins 12—14 min, după care se scot de pe tuburi. Se lasă apoi să se răcească şi se umplu cu frişcă bătută cu ajutorul unui cornet. Rulourile se mai pot umple, în afară de frişcă, cu orice fel de cremă.

1473. **Rulouri cu cremă de vanilie**

Modul de preparare este la fel ca în reţeta anterioară, cu deosebirea că în loc de frişcă bătută, rulourile se umplu cu cremă de vanilie (v. reţeta 1589 sau 1590).

1474. **Mere în foitaj**

Se folosesc aceleaşi componenete şi cantităţi ca la reţeta 1469; în plus sînt necesare mere, zahăr tos, zahăr vanilat şi scorţişoară. Se aleg mere mai mici, creţeşti sau ionatane, se curăţă de coajă şi de sîmburi, după care se introduce în scobitură puţin zahăr tos amestecat cu scorţişoară pisată. Din foitaj se întinde o foaie de circa 1/2 cm grosime, din care se taie pătrate în funcţie de mărimea merelor care se înfăşoară cu ele, adunînd cele patru colţuri ale fiecărui pătrat. Se aşază într-o tavă neunsă dar uşor stropită cu apă şi se coc la foc potrivit de tare. După ce s-au rumenit sînt gata şi se pudrează cu zahăr.

1475. **Flancuri cu caise sau cu portocale**

Pentru aluat: *300 g unt, 300 g făină, 1/3 linguriţă de sare, 1 linguriţă de oţet, 1 lingură cu vîrf de făină pentru frămîntat untul şi făină pentru presărat.*

Pentru crema de vanilie: *4 ouă, 3/4 l lapte, 150-200 g zahăr, 100 g făină, 1 plic de zahăr vanilat.* Caise sau portocale: *600 g caise sau 3 portocale.* Jeleu de fructe: *2-3 linguri.*

Se prepară aluatul ca la rețeta 1469. Se întinde o foaie groasă de 1 cm, care se taie în benzi lungi de 10 cm și late de 5 cm. Se așază pe o tavă neunsă, dar stropită puțin cu apă rece. Apoi pe fiecare din benzi se crestează cu un cuțitaș foarte ascuțit pe margine un chenar, fără să se pătrundă aluatul complet, după care se coace imediat, la fel ca orice foitaj. După coacere se scot din tavă și se presează cu mîna mijlocul pentru a face loc la crema de vanilie cu care se umplu cîte puțin și peste care se așază, pentru aspect, cîteva sferturi de caise în prealabil opărite puțin în sirop de zahăr. În loc de caise se pot pune felii de portocale preparate din timp, la fel ca și caisele. Apoi, peste fructe (caise sau portocale), se pensulează (se glasează) cu jeleu de fructe sau cu siropul de zahăr, în care s-au opărit caisele sau portocalele, după ce s-a mai adăugat în acesta zahăr și s-a mai legat. Pentru glasat sînt suficiente 2—3 linguri de jeleu sau de sirop de zahăr.

Flancurile pot fi umplute și cu alte fructe: mandarine, piersici, struguri, zmeură, căpșune, fragi etc.

Crema de vanilie se prepară la fel ca în rețeta 1590.

1476. **Plăcintă cu cremă de vanilie (cremșnit)**

Cremșnitul este o prăjitură din foitaj cu cremă de vanilie. Aluatul de foitaj (v. rețeta 1469), după ce este pregătit, se taie crud în două părți egale, din care se întind pe rînd, pe planșeta presărată cu făină, foi de 1/2 cm grosime, de mărimea și forma tăvii de copt. Se așază fiecare foaie într-o tavă neunsă, stropită cu puțină apă. Se înțeapă cu o furculiță în cîteva locuri pentru a nu se balona și se introduc în cuptorul bine încins. Se coc 12—14 min, pînă la rumenire completă. În caz că s-au pîrlit puțin, acestea se curăță, apoi se așază cu fața în sus pe un platou drept, de mărimea foitajului. Peste acest foitaj se toarnă crema de vanilie în stare fierbinte (v. rețeta 1589) și se nivelează, iar peste cremă se așază cea de a doua foaie pusă invers, cu fața peste cremă. Se lasă 20—30 min să se răcească, după care se taie cu un cuțit umed. Se pudrează cu zahăr vanilat amestecat cu zahăr pudră.

1477. **Plăcintă din foitaj cu spumă de zmeură sau de căpșune**

Pentru foi se folosesc aceleași componente și cantități ca la rețeta 1469, iar pentru spumă sînt necesare: *5 albușuri, 300 g zahăr, 300 g zmeură sau căpșune, sare de lămîie sau zeamă de lămîie.* Se prepară foile ca în rețeta anterioară, iar în loc de cremă de vanilie, acestea se umplu cu spumă de zmeură sau de căpșune care se poate prepara în două feluri:

1) Se bat albușurile bine cu telul și după ce s-a format o spumă ca zăpada, se adaugă treptat zahărul tos și căpșunele sau zmeura, continuînd a se bate cu telul. La urmă se stropește compoziția cu cîteva picături de sare de lămîie dizolvată în apă. Această spumă trebuie întrebuințată și consumată în 2—3 ore după preparare, altfel se lasă (cade).

2) Se bat bine cu telul albușurile. Separat se fierbe zahărul cu 100 ml apă, ținîndu-se la început cratița pe marginea mașinii de gătit, pentru ca să se dizolve bine zahărul. Se trece apoi la foc iute, pînă ce se leagă zahărul. În acest sirop se adaugă zmeura sau căpșunele, lăsînd să se lege ca o

dulceață, după care se toarnă clocotită peste albușuri, continuînd a se bate cu telul și stropindu-se cu cîteva picături de sare de lămîie dizolvată în apă. Această spumă se pote păstra 24 de ore de la preparare.

1478. **Plăcintă cu mere în foi de foitaj**

Aluatul foitaj se prepară la fel ca în rețeta 1469 și după ce foile sînt coapte, se aranjează la fel ca pentru cremșnit, iar în loc de cremă de vanilie se folosește umplutura de mere călită (v. rețeta 1470).

16.3. PRĂJITURI DIN COCĂ OPĂRITĂ (COJI)

1479. **Ecler cu cremă de vanilie**

Pentru aluat: *100 ml ulei sau unt, 200 g făină, 200 ml apă, 6-7 ouă, sare.*

Pentru cremă: *1 l lapte, 150 g făină, 300 g zahăr, 5-6 ouă, 1 plic de zahăr vanilat sau 1/2 baton de vanilie, 30 g unt, sare.*

Într-un vas cu fundul oval (căzănel) se toarnă ulei, apă, puțină sare și se lasă să dea în fiert, apoi se toarnă făina amestecîndu-se repede cu un tel. Se ia de pe foc și după 5—6 min se adaugă pe rînd ouăle, amestecînd cu telul continuu, după fiecare ou introdus în compoziție. La urmă compoziția se toarnă cu ajutorul unui poș (cornet cu dui). Acest cornet se umple pe jumătate cu compoziția obținută și se strînge apoi cu mîna ca să cadă în tavă bastonașe lungi de 8—10 cm și de grosimea unui deget, între care se lasă o distanță de 3 cm. Apoi, pe suprafața fiecărui bastonaș se fac dungi cu o furculiță și se introduc imediat în cuptor, la foc puternic, să se coacă bine, să crească și să se rumească frumos. Se coc cam 20 min, se lasă să se răcească. Apoi se taie longitudinal un căpăcel care să rămînă totuși prins într-o parte de ecler. Se umplu cu cremă de vanilie (v. rețeta 1590).

1480. **Ecler cu cremă de cacao și glasat**

Aluatul se pregătește la fel ca în rețeta anterioară, folosind aceleași componente și cantități.

Crema se prepară după rețeta *Cremă de vanilie,* în care se introduc *40 g cacao sau 100 g ciocolată rasă și o lingură de rom.*

Glazură: *100 g fondant de cacao* (v. rețeta 1593).

După ce eclerurile au fost coapte, răcite și tăiate în două, se umplu cu cremă de vanilie cu cacao și se pensulează pe deasupra cu sirop de zahăr. Se glasează apoi la suprafață cu fondant de zahăr ars sau de cacao. (Fondantul se încălzește foarte puțin).

1481. **Gogoși cu cremă (choux à la crème)**

Pentru pregătirea aluatului și a cremei de vanilie se folosesc aceleași componente și cantități ca în rețeta 1479. Compoziția de cocă se toarnă într-o tavă, în grămăjoare rotunde de mărimea unei jumătăți de ou. După ce gogoșile s-au copt se taie cîte un căpăcel la partea inferioară a acestora, pe unde se umplu cu cremă călduță; se pun apoi căpăcelele la loc și se pudrează pe deasupra cu zahărul vanilat.

1482. **Choux à la crème cu frișcă**

Se prepară ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că după ce gogoșile s-au umplut cu cremă, se netezesc și, după ce crema s-a răcit, se șprițuiește peste ea cu frișcă bătută, iar peste frișcă se pun căpăcelele pudrate în prealabil cu zahăr.

1483. **Gogoși din aluat opărit (gogoși franțuzești)**

150 ml apă, 75 ml ulei, un praf de sare, 150 g făină, 3-4 ouă, 100 g sirop de fructe sau 50 g zahăr pudră cu vanilie, ulei pentru prăjit.

Se pun împreună la fiert apa, uleiul și puțină sare. Cînd au dat în clocot, se toarnă făina și se amestecă repede pînă se desprinde aluatul de pe vas. Apoi vasul cu aluat se dă la o parte și, după ce acesta s-a răcit puțin, se adaugă pe rînd ouăle, amestecînd bine după fiecare ou. Cu o linguriță înmuiată în ulei se iau bucăți mici din aluat, se pun într-un vas cu ulei înfierbîntat și se prăjesc pînă se rumenesc. Gogoșile se servesc calde sau reci, cu sirop sau cu sos de ciocolată, ori pudrate numai cu zahăr vanilat.

1484. **Profiterol**

Compoziția pentru profiterol se prepară la fel ca pentru ecler, cu deosebirea că la copt se toarnă grămăjoare rotunde de mărimea unei vișine mari. După ce s-au copt, se lasă să se răcească, se găuresc într-o parte cu un bețișor de lemn ascuțit la vîrf și se umplu cu crema dorită: de vanilie, cacao, ciocolată etc. Se servesc fie montate pe înghețată de fructe, fie cu un sos de ciocolată.

16.4. PRĂJITURI DIN ALUATURI SFĂRÎMICIOASE

1485. **Cornulețe fragede cu nuci**

300 g făină, 200 g unt sau margarină, 100 g zahăr, coajă de lămîie, 1 vîrf de cuțit de bicarbonat, 150 g miez de nucă măcinat, 3 g sare.

Se freacă margarina, se adaugă zahărul și se amestecă. Se adaugă coaja de lămîie rasă, miezul de nucă măcinat, făina și bicarbonatul stins cu o linguriță de oțet sau cu zeamă de lămîie și se amestecă bine. Se întinde o foaie de 3/4 cm grosime, se taie în pătrate cu latura de 5—6 cm și se rulează fiecare, dîndu-li-se forma de cornulețe. Acestea se pun într-o tavă unsă cu unt și se introduc în cuptor la foc potrivit. Cînd sînt gata se scot și se tăvălesc prin zahăr pudră.

1486. **Pesmeciori fragezi**

200 g unt sau margarină, 2 gălbenușuri, 1 lingură de smîntînă, 150 g zahăr, 1 lingură de rom, făină cît cuprinde.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul, se adaugă untul moale, romul, făină cît cuprinde compoziția și se frămîntă bine pînă se obține un aluat omogen. Se pune pe planșeta de aluat presărată cu făină și se întinde o foaie cam de 1/2 cm grosime. Se taie în pătrățele sau se decupează cu diferite forme de tablă. Bucățile se așază pe o tavă unsă cu unt și se coc în cuptor 10—12 min, după care se scot din tavă. Se pot păstra mai multe zile, pesmeciorii devenind mai fragezi.

1487. **Pesmeciori cu lămîie**

300 g făină, 250 g zahăr, 200 g miez de nucă, 4-5 ouă, 1 lămîie, 1 plic zahăr vanilat, 20 g unt pentru uns tava.

Se frecă bine ouăle cu zahărul, se adaugă coaja de lămîie rasă, zeama de la 1 lămîie, zahărul vanilat, miezul de nucă măcinat, făină și se amestecă totul bine. Se presară făină pe planșetă, se pune aluatul, se întinde o foaie sau pe rînd două foi, se taie cu ruleta pătrățele sau forme diferite. Acestea se așază într-o tavă unsă cu puțin unt, se introduc în cuptor la foc potrivit și se coc 12—15 min.

1488. **Pesmeți cu amoniac (fursecuri)**

200 g zahăr, 3 ouă, 60 g unt, 200 ml lapte, 20 g amoniac, făină cît cuprinde, zahăr vanilat sau coajă de lămîie, 60 g zahăr tos pentru presărat.

Se frecă bine 2 ouă întregi cu zahărul, pînă se obține o cremă pufoasă și albicioasă. Se adaugă untul moale, laptele, amoniacul (trecut prin sită și amestecat cu puțină făină), coaja de lămîie asă, zahărul vanilat. Se amestecă totul bine și se adaugă făină cît cuprinde compoziția, ca să se obțină o cocă mai tare. Se lasă să se odihnească 2—3 ore la rece, după care se pune coca pe o planșetă presărată cu puțină făină și se întinde o foaie de 1/2 cm grosime care se taie în diferite forme. Acestea se așază într-o tavă unsă cu unt, se ung deasupra cu ou bătut și se presară cu zahăr tos. Se coc la foc potrivit pînă se rumenesc. Pesmeții sînt mai fragezi dacă stau cîteva zile.

1489. **Pesmeți presărați cu nucă (fursecuri)**

200 g făină, 100 g zahăr, 100 g unt, 4 ouă, 1 lingură de rom, coajă de lămîie, 60 g miez de nucă, 50 g zahăr tos.

Gălbenușurile se freacă cu zahărul și cu untul moale. Se adugă coaja de lămîie rasă, romul, făina și se frămîntă pînă se obține un aluat omogen. Se intinde o foaie de 1/2 cm grosime, se unge cu albuș bătut și se presară cu zahăr tos amestecat cu miez de nucă tăiat cu cuțitul. Se taie apoi în romburi, se pun într-o tavă unsă și se coc la foc potrivit.

1490. **Biscuiți pentru ceai**

250 g făină, 60 g unt, 1 ou, 100 g zahăr, 1 lingură de smîntînă groasă, 1 lămîie, 1 lingură de rom, 1/2 pachețel praf de copt.

Zahărul, oul, coaja de lămîie rasă și untul moale se freacă bine 5—6 min, apoi se adaugă smîntîna, făina, praful de copt stins cu zeama de lămîie, romul și se amestecă pînă se obține un aluat omogen. Se pune aluatul pe o planșetă presărată cu făină și cu merdeneaua se întinde o foaie care se taie cu ruleta sau cu un cuțit în romburi. Acestea se așază într-o tavă și se coc la foc domol.

1491. **Cartofi din biscuiți (trufe cu cacao)**

300 g biscuiți, 200 g miez de nucă, 100 g cacao, 200 g zahăr, 1 lingură de coniac, 1 lingură de rom, 1 plic zahăr vanilat, 200 ml apă, 1-2 linguri pline cu vișine din vișinată sau din dulceață de vișine.

Se sfărîmă biscuiţii, peste ei se toarnă un sirop preparat din zahăr şi apă, se adaugă miezul de nucă pisat, jumătate din cacao, coniacul, romul, zahărul vanilat, se amestecă şi se lasă la rece pînă a doua zi. A doua zi din compoziţia respectivă se formează cartofi mici (trufe) în care se pune cîte o vişină (fără sîmbure) din vişinată şi la urmă se pudrează cu restul de cacao. Pînă la servire se ţin la rece.

1492. **Ruladă (salam) de biscuiţi I**

Compoziţia pentru ruladă se pregăteşte la fel ca în reţeta precedentă, folosind aceleaşi componenete şi cantităţi; în plus sînt necesare 2—3 linguri de zahăr pudră şi 1/2 coală de hîrtie celofan sau pergament.

Se ia foaia de hîrtie pergament, se presară cu zahăr pudră (se poate amesteca şi puţină cacao) şi se aşază compoziţia răcită bine din timp. Se modelează formă de salam, care se tăvăleşte bine în zahăr pudră, se înfăşoară bine strîns în hîrtie şi se lasă la rece pînă doua zi.

Se serveşte tăiată în feli. După dorinţă se poate garnisi cu frişcă bătută sau cu spumă de fructe cu albuş de ou bătut (v. reţeta 1538).

1493. **Ruladă de biscuiţi II (cu rahat)**

400 g biscuiţi, 250 g rahat, 100 g miez de nucă, 200 g zahăr pudră, 30 g cacao, 1 plic de zahăr vanilat, 30 ml rom, 1/2 coală de hîrtie celofan sau pergament.

Într-o cratiţă se pune rahatul cu cîteva linguri de apă şi se ţine pe foc mic, amestecîndu-se pînă cînd rahatul devine moale ca o marmeladă, apoi se pun: biscuiţii sfărîmaţi, miezul de nucă tăiat mărunt cu cuţitul, cacaua, romul şi se amestecă bine pînă ce compoziţia devine omogenă. Se lasă să se răcească, apoi se aşază pe o coală de hîrtie pe care s-a întins zahărul pudră, iar compoziţia se rulează dîndu-i forma unui salam. Se lasă la rece cîteva ore, după care se poate tăia în felii. Rulada de biscuiţi este mai bună dacă se prepară cu o zi înainte.

1494. **Fursecuri simple**

300 g făină, 150 g unt, 150 g zahăr pudră, 2 ouă, 2 linguri de smîntînă, 1 plic de zahăr vanilat, 1 vîrf de cuţit de praf de copt, 30 ml (1 lingură) de alcool.

Într-un castron se pun untul moale, zahărul, făina, smîntîna, ouăle, zahărul vanilat şi praful de copt stins cu alcool (rom sau coniac). Se amestecă frămîntînd bine, apoi se lasă la rece 2—3 ore. După ce se ia de la rece, se pune aluatul pe o planşetă presărată cu făină şi se întinde o foaie de 1/2 cm grosime, din care se decupează cu forme de tablă diferite figuri sau se taie cu ruleta. Acestea se aşază în tăvi şi se coc în cuptor la foc domol.

1495. **Fursecuri delicioase şi spornice**

4 ouă, 250-300 g untură, 250-300 g zahăr, 1 plic de zahăr vanilat, coajă de lămîie sau de portocală rasă, 1 lingură de rom, 1 lingură de amoniac, făină cît cuprinde compoziţia (cam 700-800 g).

Se bat ouăle cu zahăr bine de tot, apoi se adaugă untura moale şi se amestecă bine cu lingura de lemn. Se adaugă zahărul vanilat, coaja de lă-

mîie rasă, amoniacul stins cu rom sau cu 1 lingură de zeamă de lămîie și treptat făină cît cuprinde, ca să iasă o cocă potrivit de moale. Se pune aluatul pe o planșetă presărată cu făină și se întinde o foaie cam de 5—6 mm grosime, se taie cu ruleta sau cu gura unui păhărel forme diferite, se pun în tavă și se introduc în cuptor, la foc moale. Se coc fără să se rumenească. Sînt mai bune după 1—2—3 zile.

Din compoziția acestui fel de cocă se pot face diferite feluri de fursecuri:

1) se taie cu gura unui păhărel rondele, se ung cu ou sau numai cu albuș de ou și se presară deasupra nuci tocate foarte mărunt și cu puțin zahăr tos. Se așază în tavă și se coc la cuptor;

2) din foaia întinsă se decupează rondele și se coc simple. După ce se coc jumătate din rondele se ung cu o cremă sau cu marmeladă fină și se acoperă apoi cu rondelele rămase neunse și pe deasupra se pot glasa sau presăra cu puțin zahăr pudră.

Tot din această compoziție de cocă se pot face mici cornulețe cu diferite umpluturi.

1496. **Fursecuri umplute cu cremă de cacao**

Pentru aluat: *250 g făină, 200 g unt, 150 g miez de nucă, 150 g zahăr pudră, 1 ou, 1 vîrf de cuțit de bicarbonat, 1 plic zahăr vanilat, coajă de lămîie.*

Pentru cremă: *150 g unt, 200 g zahăr farin (pudră), 50 g cacao, 1 lingură de rom.*

Într-un castron se pun untul moale, zahărul pudră, coaja de lămîie rasă, zahărul vanilat, 1 ou și se freacă bine, apoi se adaugă făina, miezul de nucă dat prin mașină, bicarbonatul și se frămîntă bine. Se lasă la rece 1—2 ore, după care se întinde o foaie sau două de 1/2 cm grosime din care se decupează cu un pahar mic discuri. Acestea se pun într-o tavă neunsă și se coc la foc potrivit.

După ce s-au copt și s-au răcit se ung pe o parte cu cremă de cacao și se lipesc cîte 2 discuri cu cremă de cacao la mijloc.

Prepararea cremei. Se freacă untul cu zahărul pînă devine spumă, se adaugă cacaua cernută și rom după gust.

Se glasează deasupra după dorință. Pot rămîne și fără glazură, iar în loc de cremă de cacao se poate pune între ele marmeladă de orice fel sau gem.

1497. **Fursecuri din compoziție de turtă dulce**

500 g făină, 200 g miere de albine, 300 g zahăr tos, 50 g unt, 3-4 ouă, 200 g miez de nucă, 1 lămîie, 1/2 pachețel praf de copt, 1 vîrf de cuțit de sare, scorțișoară, ienibahar și zahăr vanilat.

Se toarnă gălbenușurile într-un castron, se adaugă 200 g zahăr și se freacă 5—6 min, după care se adaugă mierea încălzită puțin, untul, coaja de lămîie rasă, praful de copt sau bicarbonat stins cu zeamă de lămîie, sare și restul de mirodenii după plac. La urmă se adaugă făina și se frămîntă bine. Se lasă aluatul 2—3 ore să se odihnească, după care se pune pe o planșetă presărată cu făină și se întinde cu sucitorul o foaie de 1 cm grosime, din care se decupează cu diferite forme de tablă figurine. Acestea se ung pe deasupra cu albuș de ou, se presară apoi cu miez de nucă tăiat cît mai mărunt și amestecat cu restul de zahăr (100 g), după care se

așază în tăvi neunse și se coc pe rînd în cuptor la foc domol, pînă se rumenesc puțin. Sînt mai crocante și mai bune după 2—3 zile.

1498. **Pișcoturi de șampanie**

250 g făină, 8 ouă, 250 g zahăr tos, 100 g zahăr pudră pentru presărat.

Se freacă gălbenușurile cu 2/3 din cantitatea de zahăr, care se adaugă treptat, după care se toarnă peste gălbenușuri, amestecînd ușor, apoi se adaugă, treptat, făina.

Se îmbracă o tavă cu hîrtie și cu ajutorul unui cornet se toarnă din compoziția obținută batoane lunguiețe, peste care se presară zahăr pudră și se coc la foc potrivit. După ce s-au copt se desprind de pe hîrtie cu vîrful unui cuțit bine ascuțit.

1499. **Minciunele**

3-4 ouă, 2-3 linguri de smîntînă groasă, 1 praf de sare, coajă de lămîie rasă, 100 g zahăr pudră, 1 lingură de rom, făină cît cuprinde coca.

Se pun toate componentele într-un castron și se amestecă bine. (Din zahărul pudră jumătate se oprește pentru pudrat la urmă). Se adaugă treptat făina și se amestecă pînă se face un aluat potrivit de moale și omogen. Se pune pe planșeta presărată cu făină și se întinde cu merdeneaua (sucitorul) o foaie groasă de 1/2 cm. Se taie fîșii lungi de 10—12 cm și late de 2—3 cm, se face la mijlocul fiecăreia o crestătură în lung, cu cuțitul, în care se introduce unul din capetele fîșiei, scoțîndu-se pe partea cealaltă, căpătînd astfel un aspect de funduliță. Se prăjesc pe rînd, într-o tigaie adîncă sau într-o cratiță cu ulei mai mult și bine încins. Cînd capătă o culoare aurie sînt gata și se scot cu o spumieră de sîrmă sau cu o lingură cu găuri. Se pun pe o hîrtie albă sau pe sugativă și după ce s-au răcit se pudrează cu zahăr vanilat și se așază pe un platou rotund și împodobit pe margine cu șervețele sau pe un disc de carton dantelat.

16.5. CHECURI, PANDIȘPAN, RULADE, TURTE DULCI etc.

1500. **Chec de albuș**

5 albușuri, 150 g zahăr tos, 120 g făină, 100 g miez de nucă, coajă de lămîie rasă, 20 g unt pentru uns forma, 1 plic de zahăr vanilat, 1 lingură de zeamă de lămîie.

Se pun albușurile într-un castron și se țin 1—2 ore în frigider. Apoi se bat bine cu un tel de sîrmă pînă încep să se spumeze. Se adaugă treptat zahărul, bătîndu-se pînă spuma se întărește bine. Se adaugă cîte puțină făină, amestecîndu-se încet pînă se încorporează în albuș. La sfîrșit se adaugă miezul de nucă tăiat, coaja de lămîie, rasă, zahărul vanilat și o lingură de zeamă de lămîie. Se toarnă într-o formă unsă cu unt și presărată cu făină și se introduce în cuptorul încălzit mai slab.

1501. **Chec simplu**

400 g făină, 200 g zahăr pudră, 100 g zahăr tos (pentru albușuri), 3 ouă, 120 g margarină, 1/2 pahar lapte, 1/2 linguriță de amoniac, 1 plic de

zahăr vanilat, 1 lingură de zeamă de lămîie, coajă de lămîie, 100–200 g diferite fructe confiate sau rahat.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul pudră și cu margarină, se adaugă laptele, coaja de lămîie, zahărul vanilat, făina, amoniacul stins cu zeamă de lămîie și se amestecă. La urmă se introduc în compoziție albușurile bătute cu zahăr tos, amestecînd cît mai puțin și ușor ca să nu se lase albușul. Se toarnă apoi compoziția finită într-o tavă unsă și presărată cu făină. Se coace la foc potrivit și cînd este gata se pudrează cu zahăr vanilat.

1502. **Chec pufos cu ulei**

5 ouă, 250 g zahăr, 100 ml ulei, 250 g făină, 100 g miez de nucă, 50 g stafide, 50 g rahat sau fructe confiate, 1 lămîie, 1 vîrf de cuțit praf de copt.

Într-un castron se rade coaja unei lămîi, se pun gălbenușurile, se toarnă cîte puțin din ulei și se freacă ca la maioneză. Între timp, se bat albușurile rămase de la gălbenușuri pînă devin spumă, se adaugă un praf de sare și se bat în continuare adăugîndu-se cîte puțin zahărul, pînă ce acesta se dizolvă iar albușurile se vor întări ca pentru bezele. Se adaugă în albuș zeama de lămîie în care în prealabil s-a stins praful de copt, se mai amestecă (nu cu telul ci cu lingura de lemn) de sus în jos, adăugîndu-se apoi gălbenușurile și cîte puțină făină. Se înglobează în compoziție bucățele de rahat sau de fructe confiate, stafidele și miezul de nucă tăiat în lung, toate date mai întîi prin făină. Compoziția trebuie să iasă ca o smîntînă groasă. Se unge bine tava cu unt, se tapetează bine cu făină și se umple cu compoziția de chec. Se pune la copt în cuptorul bine încins dinainte, apoi se mai reduce focul. Se ține în cuptor 25—30 min, după care se întoarce tava și se mai ține 10—15 min. Din compoziția prevăzută se pot coace 2 checuri mai mici (în tăvi înguste).

1503. **Chec fără grăsime, cu nuci**

5 ouă, 120 g făină, 150 g zahăr, 100 g miez de nucă, 1/2 lămîie, zahăr vanilat, eventual și 100 g rahat.

Se freacă gălbenușurile cu 100 g de zahăr și se adaugă lămîia dată prin răzătoare (atît coaja cît și miezul). Separat se bat bine albușurile, adăugînd treptat restul de zahăr, apoi se toarnă peste gălbenușuri și se amestecă încet. Se adaugă făina în care au fost amestecate bucățele mici de rahat și nucile tăiate cu cuțitul.

Se îmbracă o formă de chec cu hîrtie albă în care se toarnă compoziția obținută. Se coace la foc potrivit. După ce se scoate din formă se curăță pe margini de hîrtia care s-a lipit de chec, apoi se pudrează cu zahăr vanilat.

1504. **Pandișpan**

6 ouă, 250 zahăr, 200 g făină, coajă de lămîie rasă, 1 lingură de zeamă de lămîie, zahăr vanilat.

Se separă albușurile de gălbenușuri și se țin la rece, pînă ce se freacă gălbenușurile cu zahăr și cu coaja de lămîie rasă și se face ca o alifie. Se adaugă zeama de lămîie și o parte din făină și se amestecă. Între timp, se bat albușurile, adăugîndu-se un vîrf de cuțit de sare, iar cînd s-au spumat bine se amestecă cu gălbenușurile alifiate, alternînd cu restul de

făină; amestecarea se face lent, de jos în sus, cu o lopăţică de lemn. Se toarnă compoziţia în forme unse cu unt şi presărate cu făină şi se introduc în cuptorul bine încălzit; după 5—6 min se reduce puţin temperatura. După ce s-a rumenit şi a crescut bine se scoate din cuptor şi se pudrează cu zahăr vanilat. Din compoziţia de pandişpan se poate pregăti blatul pentru tort.

1505. **Pandişpan cu vişine**

Compoziţia de pandişpan se pregăteşte la fel ca în reţeta precedentă, folosind aceleaşi componente şi cantităţi. Pentru adaos: *600 g vişine, 150 g zahăr tos, 30 g zahăr pudră.*

Vişinele, cărora li s-au scos sîmburii, se pun separat într-un castron, se presară cu zahăr şi se lasă 2—3 ore, după care se încorporează în compoziţia de pandişpan, amestecînd puţin şi foarte lejer. Se toarnă compoziţia într-o tavă unsă cu unt şi presărată cu făină, apoi se introduce în cuptorul încălzit potrivit. După ce s-a copt, se taie cu vîrful unui cuţit (în tavă), se scoate pe un platou şi se pudrează cu zahăr. În loc de vişine, pandişpanul se poate prepara şi cu alte fructe proaspete sau confiate.

1506. **Ruladă cu cremă de unt şi cacao**

Pentru cocă: *125 g făină, 125 g zahăr, 5 ouă, 1 plic de zahăr vanilat.*
Pentru cremă: *3 ouă, 200 g zahăr, 200 g unt, 1 plic zahăr vanilat, 30 g cacao.*

Se freacă gălbenuşurile cu 3/4 din cantitatea de zahăr, adăugîndu-se o lingură de apă caldă. Separat se bat albuşurile cu restul de zahăr, după care se toarnă peste gălbenuşuri, amestecînd uşor de jos în sus, apoi se adaugă un plic de zahăr vanilat şi alternativ făina. Se îmbracă o tavă mare de plăcintă, unsă cu ulei, cu hîrtie şi în ea se toarnă compoziţia obţinută. Se coace la foc potrivit, dar nu prea tare, pentru că nu se mai poate rula. Rulada coaptă să răstoarnă imediat pe un şervet curat şi presărat cu zahăr, se desprinde uşor de hîrtie şi se rulează cu ajutorul şervetului în care rămîne pînă se răceşte, după care se umple.

Între timp se prepară crema astfel: se sparg ouăle într-un castron, se adaugă zahărul, zahărul vanilat şi se bat pe foc fără să dea în fiert, pînă ce compoziţia creşte şi se îngroaşă puţin, apoi se lasă să se răcească puţin, după care se toarnă peste untul frecat cu cacaua. Rulada din şervet se derulează, se unge cu crema preparată, se rulează din nou şi se pune la rece. Cine doreşte poate unge rulada cu aceeaşi cremă şi pe deasupra, presărînd apoi cu nuci tocate mărunt. De asemenea, se poate glasa cu glazură, după gust.

1507. **Ruladă cu marmeladă**

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, înlocuind crema de unt cu marmeladă.

1508. **Ruladă cu miez de nucă**

Compoziţia pentru ruladă se pregăteşte la fel ca în reţeta 1506, folosindu-se cremă de nuci în loc de cremă de unt (v. reţeta 1579).

1509. **Turtă dulce cu miere de albine**

450 g făină, 100 g zahăr, 300 g miere, 3 ouă, 150 g miez de nucă, 2-3 cuișoare, 1 g scorțișoară, 1 g bicarbonat, 1 lingură de zeamă de lămîie, 150 ml ulei, coajă de lămîie, 1 priză de sare.

Se încălzește mierea. Se bat pe baia de apă ouăle cu zahărul, apoi se adaugă mierea caldă, uleiul, bicarbonatul stins cu zeama de lămîie, mirodeniile pisate, făina cernută și nucile tăiate felioare. O tavă unsă cu ulei se îmbracă cu hîrtie, apoi se umple cu compoziția. Se coace la foc moale, circa 1—1 1/2 oră.

Turta dulce se poate păstra timp foarte îndelungat.

1510. **Turtă dulce**

Pentru două tăvi: *750 g făină, 200 g zahăr, 500 g miere, 7 ouă, 200 ml ulei, un vîrf de cuțit de bicarbonat, 300 g miez de nucă, 100 g rahat, 50 g rom, 1/2 linguriță de scorțișoară pisată, 1/2 linguriță nucșoară rasă, 2-3 cuișoare, coaja de lămîie, 1 priză de sare.*

Se încălzește bine mierea apoi se lasă să se răcească puțin ca să nu se opărească ouăle. Între timp, se pun ouăle cu jumătate din zahăr într-un căzănel sau castron așezat într-un alt vas cu apă clocotită (baie de aburi), amestecînd pînă se dizolvă zahărul bine. Se adaugă mierea, uleiul, bicarbonatul stins cu rom, mirodeniile, făina și nucile tăiate în lung. Se amestecă și între timp se adaugă albușurile bătute cu restul de zahăr. Se îmbracă cu hîrtie 2 tăvi lungi (de cozonac) unse cu ulei și se umplu cu compoziția obținută. Deasupra se așază 1—2 rînduri de rahat tăiat în bucăți lungi, care se dau prin făină și apoi se presează cu degetul înmuiat în ulei pentru a le introduce în compoziție. Se unge compoziția cu ou bătut pe deasupra, se introduc tăvile în cuptor la temperatură mai slabă și se țin cam 1—1 1/2 oră. O dată introduse la cuptor, tăvile nu trebuie mișcate decît după 1 oră, altfel aluatul cade.

1511. **Turtă dulce fără miere și fără ou**

Pentru două tăvi: *2 pahare de lapte, 300 g zahăr tos, 60 ml ulei, 1 pahar cu apă, 750 g făină, 1 linguriță de bicarbonat, 1 lămîie, 1 priză de sare, mirodenii ca pentru turtă, 200-300 g miez de nucă.*

Se cerne făina într-un castron, se face o gropiță în care se toarnă 150 g zahăr dizolvat în laptele călduț, iar restul de zahăr se pune într-o cratițioară și se ține pe foc mic pînă se caramelizează, dar nu prea tare căci se amărește. Cînd s-a topit tot zahărul și capătă culoare maro, se stinge cu un pahar de apă călduță și se lasă pe foc amestecînd pînă se dizolvă. După ce s-a răcit puțin se toarnă în castronul cu făină. Se adaugă mirodeniile, uleiul, 1 priză de sare, bicarbonatul stins cu zeamă de lămîie și nucile tăiate cu cuțitul. Se amestecă pînă se obține o compoziție omogenă care se toarnă în tăvile unse cu ulei, se presară cu făină și se coace la cuptor 1 1/2 oră, la foc moale. Pentru un gust mai bun se pot adăuga în compoziție 2—3 linguri de miere de albine.

1512. **Turtă dulce cu stafide și miez de nucă**

300 g făină, 150 g zahăr tos, 100 g miere de albine, 1-2 ouă, 60 ml ulei, 1 pahar de lapte, 60 g stafide, 100 g miez de nucă, 1/4 pachețel praf de copt, 1/2 lămîie, cîte un vîrf de cuțit de sare, scorțișoară, cuișoare.

Se cerne făina într-un castron, se adaugă laptele, ouăle, zahărul, uleiul, mierea încălzită și toate mirodeniile pisate și cernute prin sită. Se amestecă și se adaugă praful de copt sau bicarbonatul stins cu zeama de lămîie, stafidele opărite și nucile tăiate cu cuțitul (nu prea mărunt). Se mai amestecă o dată pînă se încorporează componentele. Compoziția obținută se toarnă într-o formă mare sau în două mai mici (forme de cozonac) unse cu unt și presărate cu făină. Se coace la început în cuptorul încălzit potrivit, iar după ce s-a rumenit puțin se reduce temperatura, se acoperă turta cu o hîrtie și se mai țin în cuptor circa 1 oră. Turta este mai gustoasă după 2—3 zile. Se taie în felii subțiri și se servește ca desert sau pentru ceai.

1513. **Turtă țărănească cu mălai și dovleac**

300 g mălai, 100 g griș, 200 g făină, 300 g zahăr tos, 1 kg dovleac, 2-3 ouă, 50 g drojdie de bere, 100 g unt, margarină sau ulei, 1 pahar de smîntînă, sare.

Dovleacul curățat de coajă se dă pe răzătoare și se pune la fiert. În acest interval de timp se plămădește drojdia de bere, dizolvată cu puțin lapte călduț, cu o lingură de făină și cu o linguriță de zahăr. După ce dovleacul a fiert, se strecoară și cu zeama de la el se opărește mălaiul amestecat cu grișul și cu zahărul, iar peste acestea se adaugă dovleacul trecut prin sită, gălbenușurile, unt topit sau ulei, smîntîna, drojdia crescută (plămădită), sarea și la urmă albușurile bătute spumă. Totul se amestecă, nu prea mult ca să nu cadă albușurile. Compoziția obținută se toarnă în una sau două tăvi bine unse cu unt sau cu ulei și se introduce în cuptorul bine încălzit. După ce turta a crescut și începe să se rumenească, se micșorează temperatura cuptorului (se reduce sursa de căldură). Se servește caldă.

1514. **Turtă dulce cu dovleac**

1 kg făină, 1 kg dovleac, 50 g drojdie de bere, 400 g zahăr, 100 ml ulei, 100 g unt, 2-3 ouă, 50 g zahăr pudră, o priză de sare, 1 plic zahăr vanilat, scorțișoară.

Dovleacul curățat se dă pe răzătoare cu găuri mari și se pune într-un vas. Se adaugă uleiul, zahărul, scorțișoara, zahărul vanilat, se înăbușă și se lasă să se răcească. Se adaugă apoi făina, ouăle, untul, drojdia, se amestecă și se pune la dospit. După ce a crescut se pune în tăvi de plăcintă, se nivelează pe deasupra și se unge cu unt sau cu ulei. Se introduce în cuptorul bine încins. După ce s-a copt se taie în bucăți potrivite, care se scot pe platou și se pudrează deasupra cu zahăr amestecat cu vanilie. Se servește caldă.

16.6. PRĂJITURI ȘI DULCIURI DIVERSE

1515. **Mereng**

5 albușuri, 250 g zahăr, 250 g frișcă, sos de ciocolată, ulei, făină, înghețată.

Se bat bine albușurile, adăugînd treptat zahărul tos, încălzit din timp pe o hîrtie pusă într-o tavă la cuptor. Se unge o tavă cu ulei, se presară cu

făină și cu un cornet se toarnă din compoziția obținută grămăjoare rotunde, semisferice, cu diametrul de 5—6 cm, șprițuite în formă de spirală (șurub). Se coc la foc foarte moale, lăsînd să se usuce bine de tot. Se desprind cu atenție de pe tavă, cu vîrful unui cuțit. După ce s-au răcit se umple fiecare căpăcel cu înghețata preferată și se lipesc cîte două, iar între ele se șprițuiește cu multă frișcă bătută. Desupra se poate turna puțin sos de ciocolată sau se presară ciocolată rasă. Se prepară la rece și se servește imediat.

1516. **Mereng cu cremă de ciocolată**

Se prepară coji de mereng apoi se umplu la fel ca în rețeta precedentă, în loc de înghețată folosindu-se cremă de ciocolată și peste ele se șprițuiește cu frișcă bătută. În crema de ciocolată se poate adăuga miez de nucă (la 1 kg de cremă, 200 g miez de nucă) bine uscat la cuptor, pînă începe să se rumenească și, după răcire, zdrobit cu merdeneaua.

1517. **Bezele cu nuci (fursecuri)**

4 albușuri, 200 g zahăr, 200 g miez de nucă, 1 pachețel zahăr vanilat, coajă rasă de la 1/2 lămîie.

Albușurile proaspete se separă cu atenție de gălbenușuri, în așa fel ca să nu cadă în albușuri nici un pic de gălbenuș, după care se țin 20—30 min la frigider, apoi se toarnă într-un căzănel sau într-un castron și se bat cu un tel de sîrmă pînă încep să se spumeze; se adaugă zahărul treptat și se bat în continuare, pînă se obține o spumă compactă.

Se adaugă miezul de nucă bine uscat și dat prin mașina de nuci, coaja de lămîie rasă, zahărul vanilat și se amestecă lejer și cît mai puțin, ca să nu se lase albușul. Compoziția obținută se toarnă sub formă de gogoșele de mărimea unei nuci mici într-o tavă tapetată cu hîrtie velină. Turnarea se face cu ajutorul unui poș sau a unui cornet de hîrtie de pergament în vîrful căruia se fixează un dui sau un șpriț mai deschis. Gogoșelele, distanțate între ele ca să nu se lipească, se coc imediat la foc foarte slab pînă se usucă bine. Se recomandă ca la începutul coacerii, pînă ce bezelele cresc și prind puțină coajă, să se lase ușa cuptorului întredeschisă puțin. Cînd sînt gata se dezlipesc ușor cu vîrful unui cuțit și se păstrează la loc uscat, pînă la întrebuințare.

1518. **Bezele umplute cu frișcă sau cu cremă**

Bezelele se prepară la fel ca în rețeta precedentă, folosind aceleași componente și cantități.

Bezelele, coapte la foc slab, cînd sînt gata, se lasă să se răcească, apoi se umplu cu frișcă bătută cu cacao (v. rețeta 1577). După ce s-au umplut se lipesc două cîte două. După dorință se pot glasa cu glazură de ciocolată.

1519. **Napolitane cu cremă de cacao**

Foile „Lica" (vafele) se pun pe rînd, cîte una, pe un platou dreptunghiular plat, apoi se ung cu cremă de cacao sau cu orice altă cremă. Se suprapun astfel 5 rînduri de foi și între ele 4 rînduri de cremă și se pun la rece. După ce crema s-a întărit se taie în bucăți mici pătrate, care se gla-

seazã sau se ung cu aceeași cremă cu care s-au umplut. Fiecare bucățică se poate presăra apoi cu miez de nucă tocat mărunt.

1520. **Napolitane cu miere de albine și nuci**

2 pachete de foi „Lica" sau vafe, 300 g miere de albine, 200 g zahăr, 200 g miez de nucă, 50 ml rom, 2 linguri de cacao, 100 g unt.

Se recomandă ca foile să fie puse pentru cîteva minute în cuptor călduț pentru a deveni mai crocante. Miezul de nucă se pune și el la cuptor, care trebuie să fie bine încălzit, în așa fel ca nucile să se prăjească puțin (fără să se pîrlească).

Mierea și zahărul se toarnă într-un castron care se pune la foc moale, amestecîndu-se pînă se va topi zahărul. Se adaugă nucile tocate mărunt cu cuțitul sau pisate în piuliță, romul, cacaua și se amestecă, fără a se lăsa să dea în fiert. Se ia apoi vasul de pe foc și cu compoziția respectivă se ung foile pe rînd, se suprapun pe un platou și peste ele se așază un fund de lemn sau o scîndurică curată, ca să le preseze. Se lasă la rece cîteva ore, după care se taie în pătrățele sau în romburi mici.

Pentru un aspect mai decorativ se pot glasa pe deasupra cu glazură.

1521. **Nuga**

1 pachet de foi „Lica" sau foi de vafe, 4–5 albușuri, 350 g zahăr, 200 g glucoză sau miere de albine, 400 g nuci, 1 plic de zahăr vanilat.

Se bat bine albușurile cu 100 g zahăr. Separat se fierbe restul de zahăr împreună cu glucoza în 100 ml apă, pînă se obține un fondant tare. Se toarnă fierbinte peste albușurile bătute, amestecînd continuu și ținînd vasul în baia de apă clocotită. Operația durează cam 40 min, apoi se ia vasul de pe foc, se adaugă nucile (în prealabil prăjite și, prin frecare ușoară cu mîna, îndepărtate pielițele) și zahărul vanilat. Compoziția obținută se pune între foile de „Lica" așezate pe un platou plat, după care se acoperă cu o hîrtie pergament, se pune deasupra un fund cu o greutate, astfel ca să țină nugaua presată și se lasă să se răcească pînă a doua zi, apoi se taie în romburi.

1522. **Pricomigdale cu nuci**

6 albușuri, 300 g zahăr, 200 g miez de nucă, 30 g făină, 10 picături esență de migdale sau coniac, 20 g zahăr pudră.

Se dă miezul de nucă prin mașina de măcinat nuci, se amestecă cu zahărul, apoi se adaugă albușurile nebătute și se încălzește compoziția pe mașina de gătit pînă se înfierbîntă bine, amestecînd continuu cu o lopățică sau cu o lingură de lemn. Se lasă să se răcească amestecînd mereu, apoi se adaugă esența de migdale și făina.

Se îmbracă o tavă cu hîrtie și cu ajutorul unui cornet se toarnă compoziția sub formă de grămăjoare mici, rotunde. Se presară deasupra cu zahăr pudră și se coc la foc potrivit. Pricomigdalele coapte se dezlipesc cu grijă, întorcîndu-se hîrtia cu fața în jos și udînd-o cu o pensulă înmuiată în apă. Dacă din această compoziție se toarnă pricomigdale mici (cît un inel), ele se pot lipi cîte două cu marmeladă la mijloc, obținîndu-se fursecuri pricomigdale.

1523 **Lapte de pasăre**

6 ouă, 1 l de lapte, 200 g zahăr tos, 2 plicuri zahăr vanilat.

Într-o cratiță mai largă se pune la fiert laptele cu puțin zahăr și cu zahărul vanilat. Se bat albușurile spumă, se se adaugă jumătate din zahăr și se bat în continuare pînă ce spuma s-a întărit bine. Se ia din spumă cu o lingură cîte un bulgăraș și se pune la fiert în laptele clocotit. Se lasă să fiarbă cîteva secunde pe o parte și pe cealaltă, după care se scot cu spumiera pe platou. După ce bulgării de albuș au fiert, se toarnă laptele peste gălbenușurile frecate cu restul de zahăr și se ține pe foc moale, amestecînd pînă începe să se îngroașe puțin, după care se toarnă peste bulgării de albuș. Se servește rece.

1524. **Cremă de zahăr ars (cremă caramel)**

8 ouă, 200 g zahăr tos, 1 l lapte, 1 plic zahăr vanilat, 200 g zahăr pentru caramel.

Într-o cratiță de 2—3 l se pun 200 g zahăr și se așază pe ochiul aragazului acoperit cu un disc de metal. Cînd zahărul începe să se caramelizeze se amestecă cu coada unei linguri de lemn pînă ce se topește tot zahărul și se formează puțină spumă la suprafață; în același moment cratița se ia de pe foc și, ținînd cu un prosop torțile, se învîrtește în așa fel încît să se tapeteze interiorul cu zahăr ars, apoi se lasă pentru 2—3 ore la rece.

Între timp, se prepară compoziția astfel: ouăle întregi se golesc într-o cratiță sau într-un lighenaș. Se adaugă 200 g zahăr, zahărul vanilat și se freacă 2—3 min, după care se diluează cu laptele puțin călduț. Se toarnă totul în cratița tapetată cu zahăr caramelizat și se introduce în cuptorul bine încălzit, iar după 20—30 min se reduce focul, ca să nu se rumenească crema prea tare și se mai ține în cuptor 30—40 min. Cînd crema este gata închegată se scoate din cuptor și, fără să se scoată din cratiță, se lasă la rece pentru cîteva ore sau pentru a doua zi.

În momentul servirii se răstoarnă pe un platou rotund, iar în cratiță se toarnă 100 ml apă și 1—2 linguri de rom, se dă într-un clocot, se răcește și se adaugă la cremă. Se servește simplă sau ornată cu frișcă bătută.

1525. **Halva de griș**

300 g griș, 150 g unt, 150 g zahăr, 1/2 l lapte, 20 g cacao, 100 g nuci, 1 pachețel zahăr vanilat.

Într-un vas de tuci se pune untul la înfierbîntat, se adaugă grișul cernut și se amestecă pe o sursă de căldură pînă începe să se rumenească; în acest moment se toarnă laptele fierbinte îndulcit cu zahăr, adăugîndu-se și apă clocotită, după nevoie, astfel încît grișul gata să fie potrivit de gros. Se adaugă cacaua și se amestecă repede în continuare, să nu se facă cocoloașe, după care se adaugă nucile tocate mărunt sau măcinate, zahărul vanilat și se amestecă din nou. Apoi, cu ajutorul unei linguri unse cu unt se formează găluște de mărimea unui ou, care se servesc reci ca desert.

1526. **Nuci glasate (deliciu pentru șpriț)**

500 g miez de nucă, 500 g zahăr tos.

Se toarnă zahărul într-o tigaie, se pune pe foc domol și se amestecă pînă se topește și se caramelizează (fără să se ardă). Se adaugă miezul de nucă bine uscat și tăiat în bucățele mari, se amestecă cu vîrful furculiței și se răstoarnă repede într-o tavă unsă. Se nivelează și se taie fierbinte în bucățele rombice care se desfac unele de altele.

1527. **Nuci pralinate cu sare, pentru bere**

Miezul de nucă se pune într-o tavă și se introduce în cuptorul slab încălzit să se prăjească puțin, pentru a se putea apoi îndepărta ușor pielița. Îndepărtarea pieliței se face după ce miezul s-a răcit, frecîndu-l ușor cu mîna. Apoi (pentru 500 g miez de nucă) se dizolvă o lingură de făină cu 1 pahar de apă, după care se dă în fiert, amestecîndu-se pe foc slab pînă se face ca o pastă lipicioasă, în care se introduce miezul de nucă. Se amestecă pînă ce tot miezul se va unge cu această soluție, după care se adaugă 300 g sare fină și se amestecă din nou pînă ce tot miezul de nucă se îmbibă cu sare. Se pun apoi nucile într-o tavă întinsă și se introduc în cuptor. În timpul prăjirii se amestecă cu o lopățică de lemn, pentru a nu se lipi între ele. După ce s-au răcit se servesc la bere sau la șpriț.

1528. **Alune turcești sau arahide decorticate**

Alunele sau arahidele decorticate, mai întîi se prăjesc puțin pentru a se putea îndepărta de pe ele, prin frecare cu mîna, pielița subțire. Apoi se procedează la fel cum s-a arătat în rețeta precedentă.

1529. **Bavareză de caise**

300 g caise, 200 g zahăr, 12 g gelatină, 300 g frișcă.

Se aleg caise foarte coapte, se dau prin sită și se pun să fiarbă cu zahărul pînă se obține o marmeladă. Se ia marmelada de pe foc, se adaugă gelatina (înmuiată în apă rece), apoi frișca bătută și se amestecă bine. Se toarnă compoziția în formă de bavareze sau în pahare și se pune la rece, 2—3 ore, pentru a se întări. Scoaterea din formă se face prin scufundarea acesteia o clipă în apă fierbinte, după care se răstoarnă ușor conținutul pe o farfurie sau pe un platou. La servire se poate garnisi cu frișcă bătută sau cu un sirop de fructe.

1530. **Bavareză de zmeură**

300 g zmeură, 150 g zahăr, 10 g gelatină, 300 g frișcă bătută.

Se dă zmeura prin sită și se pune la fiert împreună cu zahărul. Se amestecă mereu pînă se obține o marmeladă potrivit de groasă. Se trage apoi cratița de pe foc și se adaugă gelatina (înmuiată în apă rece). Se lasă puțin să se răcească, după care se adaugă frișca bătută, amestecînd ușor. În continuare se procedează la fel ca în rețeta anterioară.

1531. **Bavareză de vanilie**

5 gălbenușuri, 150 g zahăr, 100 ml lapte, 10 g gelatină, 250 g frișcă, 1 pachețel de zahăr vanilat.

Într-un vas, pe marginea plitei, se bat împreună gălbenușurile, zahărul, laptele și zahărul vanilat, pînă începe să se îngroașe puțin, fără să dea

în fiert, apoi se adaugă gelatina (înmuiată în apa rece) și se amestecă bine. După ce s-a răcit puțin, se adaugă frișca bătută cu puțin zahăr și se toarnă în formă sau în compotieră, procedîndu-se mai departe la fel ca în rețeta 1529.

1532. **Bavareză de cafea**

Se prepară la fel ca bavarezul de vanilie, cu singura deosebire că la început se mai adaugă 50 g esență de cafea.

1533. **Bavareză de ciocolată**

150–200 g ciocolată, 200 ml lapte, 4 ouă, 300 g zahăr, 15 g gelatină, 200–300 g pișcoturi, 300 g frișcă, 30 g unt, 50 ml rom.

Se bat într-un castron ouăle cu zahărul, apoi se pune castronul pe foc, se adaugă ciocolata înmuiată în lapte călduț, gelatina înmuiată în apă rece, totul amestecîndu-se neîntrerupt pînă se înfierbîntă bine, aproape să dea în fiert. Se dă de o parte și, cînd aproape s-a răcit, se adaugă frișca bătută. Se unge o formă cu unt, se căptușește cu pișcoturi stropite cu rom, după care se umple cu compoziția preparată mai înainte și se dă la rece (2—3 ore). Pentru scos din formă, v. rețeta 1529. La servire se poate garnisi cu frișcă.

1534. **Bavareză de cacao**

Se prepară la fel ca bavareza de ciocolată, cu deosebirea că ciocolata se înlocuiește cu 100 g cacao, care se dizolvă cu lapte și se toarnă în compoziție la începutul preparării.

1535. **Bavareză de alune**

Se prepară la fel ca în rețeta bavareză de ciocolată, cu deosebirea că se mai adaugă la urmă 200 g de alune rumenite la cuptor, curățate de pieliță (prin frecare în palmă) și rîșnite sau date prin mașină. Compoziția se poate prepara și fără ciocolată și poate fi turnată în forme necăptușite cu pișcoturi.

1536. **Bavareză de vișine**

300 g vișine coapte bine se dau prin sită, se adaugă 300 g zahăr și se pun la fiert pînă se obține o marmeladă subțire, apoi se trage cratița de pe foc și se adaugă 12 g gelatină (înmuiată bine în apă rece și apoi bine stoarsă). Se amestecă compoziția pînă aproape să se răcească, după care se adaugă frișcă bătută (300 g) și se amestecă ușor. Forma în care se toarnă compoziția de bavareză poate să fie căptușită cu pișcoturi sau numai umezită cu apă rece. Mai departe se procedează la fel ca și cu celelalte bavareze.

1537. **Șarlotă**

6 ouă, 200 g zahăr, 200 ml lapte, 6 g gelatină, 20 g cacao, 200 g frișcă, 1 pachețel zahăr vanilat, 2 linguri rom, 50 g cacao.

Pentru garnisit: *100 g frișcă, 30 g zahăr pudră, cîteva boabe de vișine din dulceață.*

Ouăle se sparg într-un castron și se bat bine cu un tel, adăugînd zahărul și laptele. Se pun pe foc și se amestecă bătînd pînă ce compoziția aproape dă în fiert. Se adaugă gelatina (înmuiată în apă rece) și cacaua. Se ia de pe foc, se pune vasul într-un lighean cu gheață sau cu apă rece și se amestecă pînă se răcește compoziția, după care se adaugă frișca bătută, romul, zahărul vanilat, se amestecă ușor și se toarnă în pahare. Deasupra se șprițuiește cu frișcă bătută cu zahăr (30 g) pudră și se garnisește cu vișine din dulceață, apoi se dă la rece pentru 1—2 ore. Șarlota poate fi pregătită și în formă și apoi răsturnată pe platou.

1538. **Albuș bătut**

Pentru obținerea (reușirea) albușurilor bine spumate și menținerea aspectului pufos al spumei trebuie ca ouăle să fie proaspete. Separarea albușurilor de gălbenușuri se face cu mare grijă, astfel ca să nu cadă nici un pic de gălbenuș în albuș.

Dacă se sparg mai multe ouă la un loc, unul din ele poate trece neobservat că este vechi și le poate strica pe toate. De aceea, ouăle se sparg unul cîte unul, separat, într-o farfurioară sau într-o ceașcă și după ce s-a verificat pe rînd dacă sînt bune se toarnă toate albușurile la un loc într-un vas, de preferință căzănel sau castron cu pereți înalți (ca să nu sară albuș afară în timpul bătutului).

Albușurile se bat mai bine cînd sînt reci. Ele se bat cu un tel de sîrmă inoxidabilă. Se spumează mai bine dacă de la început se adaugă, la 2—3 albușuri, 5 g sare, chiar dacă albușurile sînt destinate pentru preparate dulci. La început se bate încet, pînă se obține spuma, apoi se adaugă (la albușurile destinate pentru preparate dulci) treptat zahărul, socotind pentru un albuș 30—50 g zahăr (depinde de preparat, dacă trebuie să fie mai dulce sau mai puțin dulce), bătînd în continuare din ce în ce mai repede pînă se va spuma. La urmă se adaugă puțină zeamă de lămîie, ceea ce ajută la spumare mai bună și totodată face ca albușul bătut să se mențină consistent. După adăugarea zemii de lămîie se mai bate cîteva minute.

Albușurile bătute se adaugă în compoziția de preparat la urmă și se amestecă ușor, cu o lingură sau lopățică de lemn, de sus în jos, nu frecînd cu lingura roată de jur împrejur. Albușurile se bat cu puțin timp înainte de întrebuințare. altfel ele cad.

1539. **Gălbenușurile de ouă**

La folosirea gălbenușurilor în rețete culinare se deosebesc:

1) gălbenușuri frecate cu sare, 5—6 min;

2) gălbenușuri frecate cu zahăr, 10—20 min;

3) gălbenușuri frecate cu unt și zahăr. În acest din urmă caz se procedează astfel: întîi se pune untul într-un castron încălzit, se adaugă zahărul (după rețetă) și se freacă 5—6 min, după care se adaugă gălbenușurile unul cîte unul și după fiecare se amestecă bine, apoi se adaugă restul componentelor, în așa fel ca penultimul component să fie cel de bază, iar la urmă se adaugă albușurile bătute spumă și se amestecă ușor cu lingura de lemn.

1540. **Frișcă bătută**

250–300 g smîntînă dulce, 50–60 g zahăr tos.

Frișca este o smîntînă dulce care, pentru a putea fi bătută bine, trebuie ținută cîteva ore la gheață sau în frigider. Se bate cu telul, vasul cu frișcă stînd pe gheață sau într-un lighean cu apă rece. Vasul (căzănel sau castron) în care se bate frișca trebuie să fie larg și adînc. Frișca este gata cînd este spumată și se ține de tel. La început se bate mai încet, apoi din ce în ce mai tare, pînă devine ca o zăpadă (bătută mai mult se transformă în unt). Zahărul se adaugă după ce frișca este spumată și nu se mai bate decît puțin și se amestecă ușor.

1541. **Aspic**

Aspicul este asemănător cu zeama închegată de la piftie, decît că este mai concentrat, fără urmă de grăsime, transparent și are gust plăcut, fără usturoi.

Aspicul are două roluri: 1) apără preparatul culinar care se glasează cu aspic lichid (rece) ca să nu se închidă la culoare; 2) conferă preparatului un aspect lucios care stimulează pofta de mîncare, dîndu-i și un gust plăcut.

Pregătirea aspicului. Aspicul se poate obține și fără gelatină. Pentru a obține 1 l (kg) de aspic sînt necesare 2—3 kg de oase cu cartilagii (încheieturi, tendoane de la picioare și în general oase de la animale tinere, sau de pasăre).

Aspicul se obține ușor din gelatină (foi sau granule) care se adaugă în supa limpede și fără grăsime, socotind la 1 l de supă concentrată (adică supa obținută prin fierberea oaselor gelatinoase) 30—40 g gelatină, iar la 1 l de supă slabă sau la 1 l de apă 60—70 g gelatină care se introduce în supa (lichidul) rece și se lasă la înmuiat 1 oră. Apoi vasul cu supă în care s-a dizolvat gelatina se pune în alt vas cu apă fierbinte care se ține pe foc amestecînd pînă se dizolvă gelatina complet.

Între timp, se pune o linguriță cu lichid de aspic în frigider și dacă se leagă bine se poate folosi.

Pentru glasat se folosește aspic lichid aproape rece, iar pentru decor și garnisire se lasă aspicul să se închege bine.

Pentru a se obține un aspic aromat, limpede (transparent) și cu o culoare aurie se face limpezirea lui în felul următor: într-o cratiță de 2—3 l se pun 2—3 albușuri, 2—3 linguri de apă, tot atîta vin alb, 1 lingură de oțet, cîteva boabe de piper, eventual cîteva fire de tarhon și cîteva felii de ceapă, țelină și morcovi toate tăiate foarte subțire (se mai poate adăuga și o lingură de carne de vacă slabă și dată prin mașina de tocat). Se amestecă bine cu un tel și, peste această compoziție, se toarnă cîte puțin din aspicul lichid, se potrivește de sare și se pune la fiert din nou pe baia de apă pînă se vor coagula albușurile și începe se dea lichidul în fiert. Se lasă la foc mic și se încearcă punîndu-se o linguriță de lichid la rece; dacă este suficient de legat (întărit), atunci se strecoară prin pînză etamină sau prin tifon pus în două. Eventual, dacă se observă urme de grăsime, acestea se curăță cu cîteva șervețele de hîrtie care se așază pe rînd peste lichid și în același moment se iau de pe lichid.

Pentru aromă plăcută, la urmă, cînd lichidul de aspic s-a răcit puțin, se adaugă o lingură de coniac sau de rom și se lasă să se închege bine.

16.7. TORTURI ŞI COMPONENTE PENTRU TORTURI ŞI ALTE DULCIURI ŞI PRĂJITURI

Componentele de bază ale torturilor sînt blatul, crema, elementele de ornare care pot fi diferite creme, glazuri cu diverse culori, jeleuri din fructe şi altele, precum şi siropurile. Ele diferă după felul tortului.

Torturile sînt apreciate ca cele mai alese dulciuri, atît prin savoarea delicioasă a elementelor care le compun, cît şi prin felul ales de prezentare. Din aceste motive, tortul este totodată şi un desert festiv. Este nelipsit din lista de bucate la aniversări, nunţi şi alte ocazii sărbătoreşti, tradiţionale sau festive.

O deosebită atenţie trebuie acordată pregătirii blatului, precum şi coacerii, după cum urmează:

1) separarea albuşurilor de gălbenuşuri se face în vase bine spălate de grăsime, altfel albuşurile nu se spumează bine;

2) pentru ca albuşurile să fie bine spumate, ele se ţin la rece în frigider sau la gheaţă, circa 30 min;

3) zahărul prevăzut pentru blat se împarte în două: cu o parte din zahăr se freacă gălbenuşurile, iar cu restul de zahăr se bat albuşurile;

4) zahărul se adaugă în albuşuri după spumarea acestora şi se continuă baterea pînă la întărirea lor (ridicînd telul se observă că se ţine albuşul pe el);

5) compoziţia de blat pentru tort se toarnă în formă specială de tort sau în orice formă unsă cu unt şi presărată cu făină, iar la fund se aşază o hîrtie tăiată exact cît acesta;

6) coacerea se face la început la foc potrivit, iar după ce blatul se ridică, focul se întăreşte şi blatul se mai ţine la cuptor pînă este gata;

7) controlul stadiului de coacere a blatului se face obişnuit, cu paiul: dacă paiul iese din compoziţie uscat, blatul este copt;

8) blatul poate fi pregătit cu cîteva zile mai înainte şi păstrat la loc uscat, curat şi răcoros;

9) blatul se taie orizontal, în două sau în trei, de grosime egală, numai după ce s-a răcit bine.

Torturile sînt mult mai gustoase dacă se însiropează straturile în prealabil, după care se ung cu cremă şi se suprapun.

După suprapunerea straturilor în formă de tort, acesta se glasează (v. reţetele 1592—1598 *glazuri),* sau se acoperă toată supafaţa prin ungere cu crema din care s-a reţinut puţin de la umplere şi se ornează după gust.

16.7.1. BLATURI PENTRU TORTURI ŞI FOI DE TORT

Blatul clasic de tort are compoziţie de pandişpan şi se prepară după reţeta 1542. Unele blaturi sînt din foi tip „Lica" şi diferite alte foi fragede. Diferite tipuri de blaturi se găsesc în comerţ.

În lucrare ne vom ocupa de mai multe feluri de blaturi pentru torturi. Ele pot fi pregătite cu cîteva zile mai înainte şi apoi păstrate la loc uscat şi răcoros.

Blatul se coace în forme speciale, de tablă, cu fundul şi cu marginile demontabile. Forma se unge cu unt sau margarină şi se presară cu pesmet alb sau cu făină. Forma se mai poate căptuşi cu hîrtie pergament sau cu orice fel de hîrtie albă, unsă uşor cu ulei sau cu unt. În acest fel blatul copt nu se va lipi de formă şi va ieşi întreg. Hîrtia de pe blat se îndepărtează numai după răcirea acestuia.

1542. **Blat alb**

5 ouă, 100 g zahăr tos, 150 g făină, 1 lingură de ulei, un praf de sare, 20 g unt pentru uns tava.

Se freacă bine gălbenușurile cu 2/3 din cantitatea de zahăr, pînă devin ca o cremă spumoasă. Separat se bat albușurile, adăugînd treptat restul de zahăr tos. Se toarnă albușul peste gălbenușurile frecate, apoi se amestecă ușor de sus în jos, ca să nu cadă albușurile și se adaugă treptat făina. Se îmbracă o formă unsă cu unt cu hîrtie și se toarnă în ea compoziția obținută. Se introduce în cuptorul potrivit de încălzit (nu la foc iute) ca să nu se rumenească prea tare și să rămînă pufos. Cînd este gata se scoate și după ce s-a răcit se taie blatul orizontal în două sau în trei straturi care se însiropează, apoi se ung cu crema preferată și se dă tortul la frigider ca să se întărească crema, după care se ornează ca în rețetele 1555 sau 1562. La fel se poate prepara și *Blat de lămîie*, adăugîndu-se în plus o lămîie rasă și zeamă de lămîie.

1543. **Blat de ciocolată cu cacao**

7-8 ouă, 200 g zahăr, 250 g făină, 100 g ciocolată sau 50 g cacao, 20 ml ulei, 1 lingură de apă.

Se toarnă gălbenușurile într-un castron, se adaugă 2/3 din cantitatea de zahăr, o lingură de apă, uleiul și se freacă 10—15 min. Se adaugă albușurile bătute cu restul de zahăr și făina în care s-a amestecat cacaua (cernute împreună), apoi se amestecă de sus în jos, ca să nu cadă albușurile. Eventual, se mai adaugă în compoziție: zahăr vanilat, coajă de lămîie rasă sau de portocală, ciocolată topită. (Ciocolata se pune la topit într-un vas introdus în alt vas cu apă fierbinte — în bain Marie). Compoziția obținută se toarnă în formă, procedîndu-se la fel ca la rețeta precedentă.

1544. **Blat de cacao**

Se prepară la fel ca în rețeta anterioară, în loc de ciocolată folosindu-se cacao.

1545. **Blat de cacao cu nuci**

6 ouă, 160 g zahăr, 150 g miez de nucă, 60 g făină, 1 lingură de pesmet alb, coajă de lămîie rasă, un vîrf de cuțit de scorțișoară pisată, 30 g cacao.

Se prepară la fel ca *Blatul alb* (v. rețeta 1542), cu deosebirea că se mai adaugă cacao și la urmă miez de nucă măcinat (rîșnit) și, după gust, scorțișoară pisată.

1546. **Blat cu sîmburi de caise**

6 ouă, 200 g zahăr, 100 g miez de sîmburi de caise, 100 g făină, 1 lingură pesmet, 20 ml ulei, 1 lingură de apă.

Se toarnă gălbenușurile într-un castron, se adaugă jumătate din zahăr, apa, uleiul și se freacă 10—15 min, după care se adaugă: făina, pesmetul, albușurile bătute cu 50 g zahăr și miezul de caise pregătit în prealabil astfel: sîmburii de caise (miez) se opăresc cu apă clocotită, se lasă să stea pînă se răcesc puțin, apoi se curăță de pieliță și se usucă bine. După

aceea se pune la topit restul de zahăr (50 g) fără apă, amestecîndu-se continuu cu coada unei linguri de lemn pînă se va carameliza uşor şi se adaugă miezul de caise tocat cu cuţitul; se amestecă 1—2 min pe foc moale şi se răstoarnă într-o tavă unsă cu ulei. După răcire se zdrobeşte şi se cerne prin sita de mălai. În continuare se procedează la fel ca la blatul alb (v. reţeta 1542).

1547. **Blat cu alune turceşti**

Se prepară la fel ca blatul anterior, în loc de miez de caise folosindu-se alune turceşti.

1548. **Blat cu zahăr ars**

Acest blat se prepară la fel ca în reţeta 1542. Pentru culoare şi aromă se caramelizează 60—100 g zahăr (fără să se ardă) şi se stinge cu 1/4 pahar de apă, se lasă pe foc moale pînă se dizolvă şi după ce s-a răcit se adaugă la gălbenuşurile frecate. În continuare, se procedează după indicaţiile date la reţeta 1542. După preferinţă, se pot adăuga 20—30 g cacao sau (şi) miez de nucă rîşnit, care trebuie mai întîi uscat bine în cuptor, la o temperatură potrivită, fără a se prăji prea tare.

1549. **Blat de portocale**

Pentru blatul de portocale, se prepară o compoziţie ca pentru blat alb (v. reţeta 1542) la care se mai adaugă coajă de portocală rasă şi zeamă de la o portocală. Pentru restul pregătirii se procedează la fel ca la orice blat pentru tort.

1550. **Foi crocante pentru tort (în loc de blat)**

400 g făină, 200 g unt, 150 g zahăr, 2-3 gălbenuşuri, 2-3 linguri de smîntînă sau lapte, puţină sare, 1 linguriţă coajă de lămîie rasă, 1 vîrf de cuţit de bicarbonat sau praf de copt.

Se cerne pe o planşetă făina şi se face o gropiţă la mijloc, în ea punîndu-se zahărul pudră, untul moale, gălbenuşurile, sare, coaja de lămîie rasă şi bicarbonatul. Se frămîntă bine totul, după care din aluat se întind foi subţiri de mărimea fundului formei şi se coc pe rînd, separat. Se poate întinde o foaie subţire de mărimea unei tăvi dreptunghiulare mari, care imediat ce s-a copt se taie în patru, obţinîndu-se patru foi pătrate. Aceste foi nu se însiropează. Ele sînt mai crocante dacă stau 2—3 zile.

1551. **Foi de ruladă albe pentru tort**

5-6 ouă, 100 g zahăr, 100 g făină, 1 vîrf de cuţit sare, 1 linguriţă coajă de lămîie rasă, 1 lingură zeamă de lămîie.

Albuşurile se bat cu zahărul, se adaugă sare (puţină) şi după ce s-au spumat se mai adaugă zeama de lămîie şi se continuă baterea pînă ce albuşurile se întăresc bine. După aceea se adaugă gălbenuşurile, făina, coaja de lămîie rasă şi se amestecă lejer. Compoziţia obţinută se întinde pe o tavă mare tapetată cu hîrtie şi imediat se introduce la copt, în cuptor, la temperatură potrivită. După coacere, foaia se taie în două pînă la patru foi (straturi) sau se coace pe rînd cîte o foaie. Foile se folosesc ca blat

pentru torturi sau pentru rulade cu diverse umpluturi. După coacere hîrtia se îndepărtează.

1552. **Foi de ruladă colorate**

Compoziția se prepară la fel ca în rețeta anterioară adăugîndu-se în plus *20-30 g de cacao* și *2-3 linguri de sirop de zahăr caramelizat,* care se prepară astfel: se pune 1 lingură de zahăr într-o crăticioară mică, se ține pe foc slab amestecîndu-se pînă se topește zahărul și începe să se coloreze, apoi se stinge cu 1/4 pahar de apă și se amestecă pînă ce zahărul caramelizat se va topi. Făina care intră în compoziție se amestecă cu cacaua.

1553. **Foi pentru tort „Doboș"**

5 ouă, 120 g zahăr tos, 100 g făină.

Se separă gălbenușurile de albușuri și se bat separat cu jumătate din zahăr. La urmă se amestecă, introducînd albușurile în gălbenușuri și se adaugă treptat făina. (Nu se amestecă mult, ca să nu cadă albușurile). Se ia apoi cîte puțin din compoziție și se întinde cîte o foaie pe fundul formei de tort, unsă cu unt sau cu ulei și presărată cu făină. Foile se coc pe rînd la temperatură potrivită.

1554. **Foi mereng (meringues)**

4 albușuri, 180-200 g zahăr tos, 1 lingură de făină, 1 lingură zeamă de lămîie.

Albușurile se bat cu zahărul tos înfierbîntînat în prealabil, într-o tavă tapetată cu hîrtie, la cuptor. Zahărul se adaugă în albușuri treptat, cîte puțin, după ce acestea s-au spumat, și se bate din ce în ce mai tare; la urmă se mai adaugă zeama de lămîie și o lingură de făină. Compoziția se întinde pe rînd pe fundul unei forme de tort așezată cu fundul în sus sau pe niște discuri de tablă tapetate cu hîrtie. Se coc în cuptorul ușor încălzit și se țin în cuptorul cu ușa deschisă, pînă ce se usucă. Foile se folosesc pentru tort mereng.

16.7.2. TORTURI

1555. **Tort de cacao (simplu) de bază**

Pentru blatul de cacao: *7-8 ouă, 200 g zahăr, 200 g făină, 30-50 g cacao, 20 ml ulei, 1 lingură de sirop de zahăr caramelizat (caramel) sau apă.*

Pentru crema rece: *400 g unt, 400 g zahăr pudră, 2 gălbenușuri, 50 g cacao, 1 plic de zahăr vanilat.*

Pentru sirop: *100 g zahăr, 100 ml apă, 1 lingură rom.*

Pentru ornat: *fructe confiate, fructe din dulceață sau miez de nucă puțin prăjită.*

Blatul se prepară după rețeta 1544, iar crema se prepară astfel: se freacă untul spumă cu zahărul, se adaugă pe rînd gălbenușurile, romul și zahărul vanilat. Blatul se taie orizontal în 2—3 straturi și se însiropează, mai întîi primul strat, care se așază pe suportul de tort sau pe un platou

rotund; acest strat se unge cu cremă, apoi peste cremă se așază al doilea strat de blat care, de asemenea, se însiropează și se unge cu cremă. Se oprește puțin din cremă pentru ornat, iar cu restul se ung suprafața și marginile tortului, de jur-împrejur. Suprafața tortului se ornează după dorință, fie cu crema reținută, fie cu o cremă de altă culoare. Ornarea cu cremă se face cu ajutorul unui cornet cu șpriț potrivit și apoi se garnisește cu fructe confiate sau din dulceață.

1556. **Tort de cacao barotat cu nuci pralinate**

Se prepară la fel ca tortul de cacao din rețeta precedentă, iar la urmă, după ce a fost umplut și uns pe margini cu cremă de jur-împrejur, se barotează (se tapetează) cu nuci sau alune pralinate sfărîmate mărunt.

Nucile pralinate se prepară astfel: se taie mărunt 100 g miez de nucă uscat. Se pun apoi la foc, într-o tigaie curată, 100 g zahăr, amestecîndu-se pînă se topește (fără să se ardă); se introduce miezul de nucă în zahăr și împreună se mai amestecă 2—3 min. Se iau de pe foc și se răstoarnă într-o tavă unsă cu puțin ulei. După ce s-au răcit se sfărîmă cu merdeneaua.

1557. **Tort glasat și garnisit**

După ce tortul s-a pregătit după indicațiile date la rețeta 1555, *Tort de cacao,* în loc să se baroteze se glasează cu glazură sau cu șerbet, după preferință. (Pentru glazură, vezi rețetele 1592—1598).

1558. **Tort de cafea „Mocca"**

Se prepară un blat alb sau de nuci, după rețetele 1542 respectiv 1545. După ce s-a răcit, se taie blatul orizontal în 3 straturi, se însiropează și se umple cu cremă de cafea (v. rețeta 1576). Se suprapun straturile unul peste altul, potrivind marginile și se ung cu cremă sau se glasează în întregime cu glazură de ciocolată. Se garnisește tortul cu fructe confiate sau cu pătrate de ciocolată.

1559. **Tort de biscuiți (rapid și practic)**

500 g biscuiți obișnuiți.

Pentru sirop: *250-300 g zahăr tos, 300 ml apă, zahăr vanilat sau coajă și zeamă de lămîie, sau 50 ml rom.*

Pentru cremă rece: *300 g unt, 200-250 g zahăr pudră, 2 gălbenușuri, 50 g cacao.*

Biscuiții se așază într-un strat sub formă de pătrat, pe un platou, se stropesc cu sirop și apoi se ung cu cremă rece (v. rețetele 1582 sau 1583). În continuare, peste cremă se pune un alt strat de biscuiți care, de asemenea, se umezește cu sirop și se unge cu cremă. Se suprapun astfel mai multe straturi de biscuiți, fiecare stropit cu sirop și uns cu cremă rece, pînă la înălțimea convenabilă. Se unge apoi tortul și pe suprafețele laterale cu cremă și se barotează (se tapetează) cu nuci pralinate, care se prepară ca în rețeta 1556. Deasupra, tortul se poate orna cu frișcă și cu fructe confiate.

1560. **Tort de nuci**

Se prepară blatul de nuci (v. rețeta 1545, *Blat de nuci sau* 1544, *Blat de cacao)* și după ce s-a răcit se taie în 2 sau în 3 straturi orizontale, se

însiropează cu sirop de zahăr, în care se adaugă puțin rom. Se ung straturile cu cremă de nuci (v. rețeta 1579), apoi se suprapun potrivindu-se marginile. Se glasează cu glazură de cacao, sau se unge pe deasupra și pe margini cu puțină cremă și, după ce s-a răcit bine, se presară tortul cu nuci rumenite și tocate cu cuțitul, sau se garnisește cu miez de nucă tăiat în lung.

1561. **Tort de nuci cu cremă de ciocolată**

Se prepară blatul de nuci (v. rețeta 1545), se taie orizontal în 2 sau 3 straturi, care se însiropează și se ung cu cremă de ciocolată (v. rețeta 1578). Apoi straturile de tort se suprapun potrivindu-se marginile, după care tortul se glasează în întregime cu glazură de ciocolată sau de cacao, colorată puțin cu zahăr ars. Se decorează după gust.

1562. **Tort de ciocolată**

Se prepară blatul de cacao (v. rețeta 1544). Se taie în trei straturi orizontale, se însiropează fiecare strat de blat și se unge cu cremă de ciocolată. Se așază blaturile unul peste altul și se potrivesc marginile, după care tortul se glasează în întregime cu glazură de ciocolată. Se decorează cu fructe confiate sau cu șerbet colorat.

1563. **Tort cu cremă de lămîie**

Blatul se prepară după rețeta 1542.

Pentru cremă: *300 g unt, 250 g zahăr pudră, 250 ml lapte, 60 g făină, 2-3 lămîi.*

Se pune untul moale într-un castron și se freacă cu zahărul și cu coaja de lămîie rasă, adăugîndu-se zeama de lămîie. Între timp, se dizolvă făina cu puțin lapte, iar restul de lapte se pune la fiert, peste care, după ce a dat în fiert, se toarnă făina dizolvată și totul se amestecă în continuare pe foc pînă dă în cîteva clocote și se îngroașă puțin. Apoi se mai amestecă pînă se răcește, după care se adaugă untul frecat și se amestecă din nou pînă se omogenizează. Cu crema rezultată se ung straturile de blat și se montează tortul, la fel ca în rețeta precedentă.

1564. **Tort din foi cu fructe I**

Pentru foi de blat: *4 ouă, 150 g zahăr, 80 g făină, coajă de lămîie rasă.* Cremă după dorință (una din creme poate fi de cafea sau de cacao).

Pentru sirop: *100 g zahăr, 1 pahar apă, 50 ml rom.*

Pentru ornat: *fructe proaspete (fragi, căpșune sau portocale) sau fructe confiate.*

Se freacă gălbenușurile cu zahărul și cu coaja de lămîie pînă devin spumoase. Se adaugă făina paralel cu albușurile bătute tare spumă și se amestecă ușor. Apoi din compoziția obținută se coc pe rînd 3 foi de blat; se unge forma cu unt, se presară cu făină peste care se întinde o parte din compoziție și se introduce în cuptor, la foc moderat. După coacerea foilor, acestea se lasă să se răcească, apoi se însiropează și se ung cu cremă între ele și pe suprafață. Se decorează cu frișcă și cu fructe proaspete sau confiate.

1565. **Tort din foi cu fructe II**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă însă în crema cu care se umple tortul se adaugă fructele confiate sau proaspete tăiate cu cuțitul mărunt. Pentru ornat, în loc de frișcă, se bate bine 1 albuș cu 60 g zahăr tos și la urmă se adaugă 1—2 linguri de fructe (fragi, căpșune sau zmeură) date prin sită, ornîndu-se cu ajutorul unui cornet cu spriț.

1566. **Doboș tort**

Pentru tort doboș se prepară șase foi din compoziția pentru foi doboș (v. rețeta 1553). Se folosește cremă de cacao și glazură de zahăr ars.

Se pun foile pe un platou dreptunghiular și se ung între ele cu cremă de cacao. Se lasă ultima foaie neunsă, peste care se toarnă zahărul topit (100 g) caramelizat, întinzîndu-se repede, cu ajutorul unui cuțit cu lamă lată și bine încălzit. Tot atunci, repede, se porționează această foaie și se așază pe suprafața tortului umplut. Foile glasate și porționate se așază deasupra în formă de evantai. Tortul se unge pe marginile laterale cu cremă și se barotează cu nuci pralinate sau, mai simplu, cu miez de nucă bine uscată pus pe o hîrtie în cuptorul deschis și amestecat din cînd în cînd pînă s-a rumenit foarte puțin, apoi tăiat cu cuțitul mărunt. Foile așezate deasupra se lipesc cu cremă, iar, ca decor, în centrul tortului se modelează din fructe confiate sau din coajă de portocală confiată o floare.

1567. **Tort de albuș cu miez de nucă**

Pentru blat: *6 albușuri, 250 g zahăr tos, 1 lingură de făină, 1 lingură de zeamă de lămîie, 150 g miez de nucă, coaja de la o lămîie, sare.*

Pentru cremă: *6 gălbenușuri, 150 g zahăr pudră, 30-50 g cacao, 200-300 g unt, 1 lingură de rom, 1 lingură de sirop de zahăr ars (caramel).*

Albușurile se țin la rece 1 oră, după care se bat spumă, adăugînd un vîrf de cuțit de sare; treptat se adaugă zahărul și la urmă zeama de lămîie, făina și miezul de nucă dat prin mașina de nuci. Se împarte compoziția în 3—4 părți și se coace fiecare separat pe fundul formei de tort sau pe un disc de tablă uns cu unt și presărat cu făină multă sau căptușit cu hîrtie albă. Se coace în cuptorul slab încălzit, pînă ce foaia se întărește fără să se rumenească, după care se umple cu cremă de cacao sau de cafea, care se prepară astfel: se freacă gălbenușurile cu zahăr, se adaugă untul moale, cacaua, romul, eventual o lingură de sirop de zahăr ars și se amestecă bine pînă ce crema se omogenizează. Din crema obținută se reține 2—3 linguri, iar cu restul se ung foile. Foile se suprapun, se potrivesc marginile și se ung cu crema reținută. La urmă, după ce tortul s-a răcit, se garnisește cu miez de nucă tăiat după plac.

1568. **Tort mereng (tortul miresei)**

Pentru foi mereng (Meringues): 5 albușuri, 200 g zahăr tos, 500—600 g cremă de ciocolată, 300 g frișcă, 60 g zahăr pentru frișcă, 50 g fructe confiate sau din dulceață (pentru decor).

Foile de mereng se prepară la fel ca în rețeta 1554, iar pentru crema de ciocolată cu care se ung foile vezi rețeta 1578. După ce se ung, foile se suprapun potrivindu-se marginile. Tortul se șprițuiește deasupra cu multă frișcă bătută. Se poate decora cu fructe confiate sau cu cîteva boabe de vișine din dulceață, bine scurse de sirop.

1569. **Tort de portocale**

Se prepară blatul după rețeta 1542, în a cărui compoziție se mai adaugă coajă de portocală rasă și o lingură de suc de lămîie. După ce blatul s-a copt și s-a răcit complet se taie în trei straturi orizontale, care se însiropează și se ung cu următoarea cremă: se pun la fiert 300 g zahăr împreună cu 200 ml apă. La început se ține vasul pe marginea mașinii de gătit, pînă se dizolvă tot zahărul. Se pune apoi siropul la foc iute și se fierbe ca pentru fondant (șerbet). Separat, într-un castron, se freacă 300 g unt peste care se toarnă siropul călduț, se adaugă cîteva picături de esență sau zeamă de portocală, zeamă de la 1/2 lămîie și coaja de portocale confiată, tocată mărunt. Se amestecă totul bine și cu această cremă se ung foile, care se așază una peste alta, potrivindu-se marginile. Apoi se glasează cu glazură de portocale sau se unge deasupra și lateral cu orice cremă. Se decorează cu felii de portocale sau de mandarine proaspete trecute prin fondant alb, care se aranjează sub formă de evantai.

1570. **Tort diplomat I**

Pentru compoziția de șarlotă: *250 g zahăr, 5 ouă, 1/4 l lapte, 30 g gelatină, 30 g cacao, 600 g frișcă bătută, 1 lingură rom, 1 plic zahăr vanilat, 50–60 g coajă de portocală confiată, pișcoturi.*

Pentru sirop: *100 g zahăr, 100 ml apă, 1 lingură de rom.*

Se amestecă ouăle, zahărul și laptele într-un căzănel sau lighean smălțuit cu formă de căzănel și se pun la foc amestecîndu-se pînă dau ușor în fiert. Se adaugă gelatina care a fost înmuiată mai întîi în apă rece și dizolvată cu 2—3 linguri de lapte călduț. Apoi, după ce a mai fiert 1—2 min, se ia compoziția de pe foc și se adaugă cacaua cernută, iar după ce s-a mai răcit se adaugă romul, zahărul vanilat, o parte din fructele confiate și la urmă jumătate din cantitatea de frișcă bătută, amestecîndu-se lejer.

Între timp, se unge cu unt (foarte puțin) o formă rotundă, în care se așază, mai întîi pișcoturi tăiate orizontal în două și stropite cu sirop, apoi se așază pișcoturi în picioare, lipindu-se pe pereții interiori și pe fundul formei, peste care se toarnă compoziția de șarlotă și deasupra se aranjează restul de pișcoturi însiropate, după care se introduce la frigider. În momentul servirii se scoate totul din formă, se ornează cu restul de frișcă bătută și se garnisește cu fructe confiate (coajă de portocală).

1571. **Tort diplomat II**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă dar în formă lungă (forma de chec) și se decorează cu mai multă frișcă bătută.

16.7.3. CREME PENTRU TORTURI ȘI FONDANT (ȘERBET)

Cremele pentru torturi și alte dulciuri se pot pregăti în gospodărie, de obicei, prin una din următoarele tehnici:

1) prin topirea fondantului (șerbet) și amestecarea lui cu unt și alte ingrediente aromate;

2) prin fierberea componentelor: făină, lapte, ouă, zahăr, apoi amestecarea ulterioară a lor cu unt și ingrediente aromate (v. rețeta 1584).

3) prin amestec la rece a bazei grase (untul) cu zahăr pudră sau za-

hăr pisat, ingrediente aromate (cacao, cafea, zahăr caramel, ciocolată, vanilie, coajă de lămîie sau de portocale, zeamă de lămîie) şi altele.

Cremele pentru torturi şi alte dulciuri trebuie să fie bine legate, groase, ca să nu curgă. Cu ele se ung în straturi groase foile de blat, marginile tortului şi partea de deasupra. De obicei cu creme de altă culoare se scriu deasupra anul de aniversare, numele sărbătoritului şi altele.

La unele torturi cremele se folosesc numai pentru umplerea foilor de blat, glazura fiind diferită.

1572. **Fondant (şerbet) de bază pentru creme şi glazuri**

500 g zahăr, 150 ml apă, 1 lingură de glucoză sau 1 lingură de oţet ori zeamă de lămîie.

Această reţetă este un şerbet de bază din care se pot prepara creme pentru torturi.

Se pune zahărul la fiert împreună cu apa într-o cratiţă smălţuită. La început se ţine cratiţa pe foc mic, amestecîndu-se pînă se dizolvă tot zahărul. Se pune apoi la foc iute, adăugînd glucoza sau oţetul. Se curăţă siropul de spumă, iar pereţii cratiţei se şterg cu o bucată de pînză înmuiată bine în apă rece şi stoarsă. Această operaţie se repetă, de 2—3 ori. După circa 15—20 min de fierbere, adică atunci cînd bulele de aer de la suprafaţa siropului încep să dispară, se încearcă dacă fondantul este suficient de legat. Proba se poate face în două moduri şi anume:

1) se înmoaie în sirop coada unei linguri de lemn care se introduce imediat în apă rece şi apoi imediat se ia puţin sirop de pe coada lingurii între degetul arătător şi cel mare şi dacă prin răsucire se formează o bomboană puţin mai consistentă decît mierea de albine, fondantul este gata;

2) se introduce vîrful unei linguri în sirop, se ia puţin sirop pe degetul arătător, se răceşte puţin suflînd, apoi se lipeşte de degetul mare şi dacă desfăcînd degetele siropul se întinde ca o aţă de circa 2 cm, fondantul este gata. Se încearcă de 2—3 ori.

Imediat ce este gata, fondantul se răstoarnă pe o placă de marmură sau într-o cratiţă smălţuită, se stropeşte cu puţină apă şi se lasă să se răcească, după care se amestecă în felul următor: cu o lopăţică de lemn se strînge fondantul la un loc, aducîndu-l de la margini spre mijloc. Această operţie se face timp de 10—15 min, după care se mai frămîntă cu mîna cîteva minute. Se păstrează în borcane. Acest fondant se poate prelucra, colorîndu-l şi aromîndu-l după dorinţă cu coloranţi alimentari sau cu zahăr ars, cacao, cafea etc. Se foloseşte pentru glazuri şi creme.

1573. **Cremă pe bază de fondant (şerbet)**

300-400 g fondant (şerbet), 300-400 g unt, aromă.

Se încălzeşte foarte puţin fondantul, pînă se topeşte, iar untul se freacă pînă devine spumos, după care se toarnă peste el fondantul călduţ şi se freacă în continuare. Se adaugă ingrediente aromate după dorinţă şi se freacă compoziţia din nou pînă la omogenizare.

Această cremă se poate prepara şi cu şerbeturi procurate din comerţ, proporţiile şi metodele de preparare fiind aceleaşi.

1574. **Cremă de alune**

Se pregăteşte crema de fondant, ca în reţeta precedentă, la care se mai adaugă alunele rumenite, măcinate şi puţin zahăr vanilat.

1575. **Cremă de cafea**

Se pregătește la fel ca în rețeta anterioară, iar în loc de alune, se adaugă o ceașcă de cafea concentrată și o lingură de rom.

1576. **Cremă de cacao**

La crema de fondant, care se prepară la fel ca în rețeta 1573, se adaugă 2—3 linguri de cacao și o lingură de rom.

1577. **Cremă de ciocolată**

Se prepară la fel ca crema fondant (v. rețeta 1573), la care se adaugă 100—200 g ciocolată încălzită la gura cuptorului pe o farfurie și, după gust, se mai adaugă rom și zahăr vanilat.

1578. **Cremă de miez de nucă**

Se prepară la fel ca crema de alune (v. rețeta 1574), înlocuindu-se alunele cu miez de nucă rumenit și măcinat.

1579. **Cremă de migdale**

Crema de migdale se prepară la fel ca crema de alune (v. rețeta 1574), înlocuindu-se alunele cu migdale în prealabil opărite, curățate de pieliță, apoi rumenite și date prin mașina de nuci. Migdalele măcinate se amestecă cu crema, putîndu-se adăuga și cîteva picături de esență de migdale.

1580. **Cremă de unt rece**

300 g unt, 200 g zahăr pudră, 2 gălbenușuri (facultativ).

Se freacă untul împreună cu zahărul pudră pînă devine ca o cremă spumoasă. Cine dorește poate adăuga și gălbenușuri. Se colorează și se aromează după dorință.

Cu această cremă se pot umple și decora toate torturile.

1581. **Cremă rece cu cacao sau cu alte componente**

Se prepară crema rece, ca în rețeta precedentă, la care se adaugă *2-3 linguri de cacao, 1 lingură de rom sau 1 lingură de sirop de zahăr ars, miez de nucă măcinat, fructe confiate, tocate mărunt și altele.*

1582. **Cremă rece de ciocolată**

La crema fondant pregătită ca în rețeta 1573 se mai adaugă 100—200 g ciocolată, topită într-o farfurie de tablă smălțuită și încălzită ușor în cuptorul cu ușa deschisă, după care se amestecă bine. După gust se mai poate adăuga ciocolată rasă sau tăiată în bucățele mici și rom.

1583. **Fierberea cremelor în baie de apă (bain-Marie)**

Toate cremele pregătite prin fierbere se recomandă să fie fierte pe baia de apă (bain-Marie), altfel riscăm ca compoziția să se prindă de fun-

dul vasului, fapt care îi modifică nefavorabil gustul și culoarea. Pentru a se evita acest neajuns se procedează foarte simplu: se alege un vas potrivit pentru fierberea compoziției de cremă, care să poată intra pe o porțiune de 3/4 din înălțimea sa în alt vas mai mare, cu apă încălzită pînă la clocot.

De obicei vasul mai mic cu compoziția de cremă intră în apa vasului mai mare, sprijinindu-se cu toartele pe marginea acestuia. Fierberea compoziției din vasul mic trebuie să dureze 3—5 min din momentul începerii fierberii apei.

1584. **Cremă aparel cu cacao**

300 g zahăr, 2 ouă, 1/2 pahar lapte, 300-400 g unt, 50 g cacao, 1 lingură de rom.

Într-un căzănel sau castron (emailat) se freacă ouăle cu zahărul și cu laptele și se pun la fiert, introducînd căzănelul cu compoziția în alt vas mai mare cu apă clocotită, amestecînd cu telul pînă dă aproape în fiert. Apoi, imediat se pune vasul cu compoziția în alt vas cu apă rece și tot cu telul se amestecă pînă la răcirea compoziției. În momentul în care compoziția s-a luat de pe foc, se adaugă cacaua cernută, continuîndu-se amestecarea pînă la omogenizare. După răcire se adaugă unt moale, rom și se amestecă crema pînă ce devine alifioasă și omogenă. După gust, se pot adăuga în cremă zahăr vanilat, esență de migdale, nuci pralinate sau alune și altele.

1585. **Cremă aparel cu cafea**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că în loc de lapte se adaugă o ceașcă de cafea concentrată, nu se mai folosește cacao, iar la urmă se mai adaugă rom.

1586. **Cremă aparel cu ciocolată**

Se prepară la fel ca în rețeta 1584, cu deosebirea că în loc de cacao se adaugă, după ce compoziția s-a amestecat cu untul, 200 g ciocolată topită sau rasă.

1587. **Cremă aparel cu cacao și cu pralină de nuci sau de alune**

Se prepară crema de cacao (v. rețeta 1584) la care, la urmă, se adaugă 200 g miez de nucă pralinat sau alune și rom, după gust.

Nucile pralinate se prepară astfel: se pun 100 g zahăr la topit într-o crăticioară, amestecîndu-se pînă acesta se topește (fără să se ardă) și imediat se introduc 200 g miez de nucă, bine uscat și tăiat mărunt, după care se mai amestecă împreună 2—3 min. Se ia nuca de pe foc și se răstoarnă pe o tavă unsă cu puțin unt. După ce s-a răcit se sfărîmă cu sucitorul. Această cremă se folosește la tortul de nuci sau la cel de mereng.

1588. **Cremă de zeamil sau amidon de grîu**

2-3 gălbenușuri, 1/4 l lapte, 60 g zeamil, 200 g zahăr, 300 g unt, 1 plic de zahăr vanilat, 1 lingură de rom.

Zeamilul cernut se dizolvă cu cîteva linguri de lapte peste care se adaugă gălbenușurile și după ce s-a omogenizat bine, peste acestea se

toarnă restul de lapte călduț cu zahărul și se amestecă bine cu telul. Se mai fierbe încă 5—6 min, după care se răcește. Apoi se adaugă untul moale, zahărul vanilat, romul și se bate bine crema, amestecîndu-se pînă la alifiere. Se folosește pentru diferite torturi și pentru ecleruri.

1589. **Cremă de vanilie pentru cremșnit și ecler**

5-6 ouă, 160 g făină, 1 l de lapte, 50 g unt, 300 g zahăr tos, 1/2 baton de vanilie, sau un plic de zahăr vanilat, 5 g (1/2 linguriță) sare.

Se separă gălbenușurile de albușuri. Se bat albușurile și după ce s-au spumat, se adaugă treptat 100 g zahăr tos și se bate în continuare pînă cînd spuma se întărește ca pentru bezele. Între timp, se pune la fiert laptele cu vanilia, iar gălbenușurile se freacă, într-un castron smălțuit sau căzănel, cu restul de zahăr, se adaugă făina și se subțiază cu puțin lapte rece. După ce laptele cu vanilia a dat în fiert, se toarnă peste gălbenușuri și se amestecă repede cu un tel, ținînd vasul pe foc într-un alt vas cu apă clocotită. Se bate în continuare pînă ce crema dă în fiert, după care se mai fierbe cîteva minute, apoi se dă de o parte, se adaugă untul tăiat în bucățele mici, albușurile bătute din timp și se amestecă lejer cu o lopățică de lemn pînă se încorporează albușurile în cremă.

Crema se toarnă peste foaia de foitaj în stare fierbinte și se întinde egal. Foaia care vine pe deasupra se pune întreagă sau se taie în porții pătrate și după ce acestea se așază în ordine peste cremă, se taie în jurul pătratelor pătrunzînd cu un cuțit (subțire și bine încălzit) crema și foitajul de dedesubt. După ce au fost decupate toate pătratele de cremșnit se pudrează cu zahăr vanilat.

1590. **Cremă de vanilie cu unt**

0,5 l lapte, 300 g zahăr, 4 gălbenușuri, 60 g făină, 1 plic de zahăr vanilat, 200 g unt, zeama de la 1/2 de lămîie.

Se freacă gălbenușurile cu 150 g zahăr într-un vas, se amestecă cu făina și treptat se subțiază cu laptele călduț. Se adaugă zahărul vanilat și se pune crema la foc mic, amestecîndu-se mereu pînă dă în fiert, lăsîndu-se să mai fiarbă 2—3 min. Se ia apoi de pe foc și se amestecă pînă se răcește. Se adaugă untul frecat cu restul de zahăr și zeama de la 1/2 de lămîie. Această cremă poate fi folosită la torturi, tarte și alte prăjituri.

1591. **Barot de alune sau din miez de nucă**

Alunele sau miezul de nucă se introduc în cuptorul cu ușa deschisa supraveghindu-se pînă se usucă fără a se rumeni. Se scot din cuptor, se pun într-un șervet și se freacă bine pînă se desface coaja de pe ele, care se îndepărtează. Apoi se toacă cu cuțitul în bucățele de diferite forme și dimensiuni.

Între timp, se pune zahărul într-o cantitate de apă de 2 ori mai mare decît alunele sau miezul de nucă, se adaugă la zahăr 30% apă și se amestecă pînă se dizolvă bine. Se pune apoi pe foc să fiarbă pînă se leagă, după care se adaugă 2—3 linguri de zahăr ars, alunele sau miezul de nuca și se amestecă cu o lopățică de lemn cîteva minute. Se ia apoi de pe foc și se amestecă în continuare pînă acestea se despart în granule care se întind pe o placă de marmură și se zdrobesc cu sucitorul.

Cu barotul de nuci se ornează marginile tortului.

16.7.4. GLAZURI

Glazurile sînt compoziţii cu care se acoperă torturile şi alte prăjituri şi se deosebesc de creme prin faptul că, întinse peste tort, prind pojghiţă lucioasă care îi conferă tortului un aspect frumos şi îi menţine prospeţimea.

Glazurile pot fi de culoare diferită (alb-lăptos, galben, verde, roz, cafeniu, ciocolatiu etc.). Aceste culori se pot obţine fie cu coloranţi alimentari, fie din componente alimentare. Astfel, galbenul se obţine folosind gălbenuş de ou şi zahăr ars, albul din albuş de ou, verdele din zeamă de spanac, roşul din zmeură, vişine sau coacăze, cafeniul din cafea etc.

Glazura cu care se acoperă torturile se toarnă cînd este călduţă şi fluidă, mai întîi pe mijlocul tortului, apoi se aplică repede peste tort. Marginile se încarcă cu glazură cu ajutorul unui cuţit încălzit în apă fierbinte. Glazurarea figurinelor din fursecuri sau a prăjiturilor mici se face prin înmuierea acestora în soluţia caldă.

Dacă ornarea se face din două sau mai multe culori de glazură, glazurile colorate se pun pe rînd pe tort, aşteptînd să se usuce fiecare. Peste glazură se poate aplica o cremă sau altă culoare de glazură caldă, cu ajutorul unui cornet special; de exemplu, pentru a scrie numele, anul unei aniversări, sau pentru ornarea cu floricele din cremă sau alte glazuri.

1592. **Glazură de zahăr ars (caramel)**

300 g zahăr tos şi o lingură de apă se pun într-o tigaie smălţuită la foc şi cînd începe să se coloreze se amestecă pînă se topeşte tot zahărul şi imediat, cu un cuţit bine încălzit, se înseamnă locul unde vor fi tăiate feliile de tort, apoi se aplică glazura. Dacă nu procedăm astfel, glazura devine casantă prin răcire şi va plesni neaspectuos cînd se porţionează la servit. Peste glazură se pot face decoruri din fructe confiate sau creme etc.

1593. **Glazură de cacao**

300 g zahăr tos, 100ml apă, 100 g lapte praf, 100 g cacao, 30 ml rom, 50 g unt.

Zahărul tos se dizolvă cu apă şi se pune la fiert 5—6 min, pînă se leagă ca pentru şerbet (v. reţeta 1573). Se ia călduţ de pe foc şi se toarnă peste laptele praf amestecat cu cacaua (cernută). Se adaugă apoi untul şi romul, amestecîndu-se din nou pînă se mai răceşte puţin şi apoi se toarnă pe suprafaţa tortului. În rest se lucrează ca în reţeta precedentă.

1594. **Glazură de ciocolată**

200 g ciocolată amăruie, 1 lingură de ulei.

Ciocolata se rade pe răzătoarea cu găuri mari, se pune într-o crăticioară aşezată în alt vas cu apă clocotită şi cînd ciocolata s-a topit se adaugă uleiul. Se amestecă şi totul se toarnă deodată peste suprafaţa tortului. Se nivelează compoziţia cu un cuţit lung bine încălzit.

1595. **Glazură de fondant (şerbet)**

Fondantul se prepară la fel ca în reţeta 1573.

Se încălzeşte fondantul (300 g) pînă se topeşte, apoi, după dorinţă,

se poate colora cu coloranți alimentari, cu zahăr ars, sau cu cacao și în stare fierbinte se toarnă peste tort. Se nivelează fondantul cu lama unui cuțit lung și bine încălzit. După ce glazura s-a întărit se pot face diferite decoruri cu fructe confiate, cu dulceață sau cu creme dulci.

1596. **Glazură de albuș albă**

100-120 g zahăr pudră, 1 albuș, 1/4 lămîie.

Într-un castronaș mic sau într-o farfurie adîncă se freacă albușul, adăugînd treptat zahărul pînă ce albușul se îngroașă și capătă luciu. Se adaugă apoi zeama de la un sfert de lămîie și se mai amestecă bine 5—6 min. Tortul glasat cu albuș se introduce pentru cîteva minute în cuptorul puțin călduț ca să se întărească glazura. Dacă tortul este umplut cu o cremă de unt, pentru ca aceasta să nu se înmoaie în timpul uscării glazurii în cuptor, se învelesc marginile tortului cu hîrtie pergament unsă și apoi se înfășoară marginea cu un prosop curat, pentru a proteja structura de cremă din interiorul tortului.

1597. **Glazură de albuș colorată**

Se prepară la fel ca și glazura precedentă, folosind pentru culoare sucuri de fructe (zmeură, vișine, coacăze roșii, afine), zeamă de sfeclă roșie, spanac, morcov, cacao sau zahăr caramelizat.

1598. **Glazură aromată**

250 g zahăr pudră, 50ml rom, zeama de la jumătate de lămîie, 100ml apă.

Se freacă într-o farfurie adîncă zahărul pudră, romul, zeama de lămîie și cu apa pînă se leagă bine, după care se toarnă imediat peste tortul format și bine răcit, întinzîndu-o uniform cu un cuțit cu lamă lungă și bine încălzit. După ce glazura a prins pojghiță, se poate decora (garnisi) tortul, după plac.

16.7. SIROPURI PENTRU PRĂJITURI

1599. **Sirop pentru însiroparea (tramparea) torturilor**

250 g zahăr tos, 300 ml apă, 50 ml rom, o bucată de coajă de lămîie și eventual 1/2 baton de vanilie.

Zahărul se pune la fiert cu apa, lăsîndu-se să fiarbă 5—6 min, după care se adaugă coaja de lămîie, vanilia și se trage vasul de pe foc. Se ține acoperit pînă la răcire. În momentul folosirii se adaugă romul; altfel se evaporă.

1600. **Sirop de zahăr ars (caramel)**

250 g zahăr, 150 ml apă.

Zahărul se pune într-o cratiță smălțuită pe foc și se amestecă pînă devine rumen la culoare, stingîndu-se imediat cu apă, după care se lasă să fiarbă pînă se dizolvă zahărul caramelizat. Se folosește pentru colorarea în maro a diferitelor creme dulci sau a blaturilor sau pentru a le da gust de zahăr ars. (Se poate adăuga și puțin rom.)

1601. **Sirop de cafea sau de portocale**

La un sirop fiert, preparat din 250 g zahăr și 300 ml apă, se adaugă o ceașcă de esență de cafea (cafea neagră, strecurată) sau coajă de portocală rasă și o lingură de rom. Romul se adaugă după ce siropul a fost luat de pe foc, ținut 10—20 min acoperit și strecurat prin tifon; altfel romul se evaporă. Se folosește la tramparea (însiroparea) blaturilor pentru tort, savarinelor și pentru budinci de griș sau de orez.

16.7.6. JELEURI

1602. **Jeleu de coarne**

250 g piure de coarne, 250 g zahăr tos.

Se fierb 1 kg de coarne cu puțină apă și se trec prin sită. La 250 g pulpă piure de coarne se adaugă 250 g zahăr și se pun la foc să fiarbă bine, amestecînd continuu cu o lopățică sau cu o lingură de lemn. Se încearcă apoi dacă jeleul este suficient de legat, înmuind coada unei linguri de lemn în pastă și apoi introducînd-o într-un vas cu apă rece; dacă pe coada lingurii rămîne o pastă gelatinoasă, jelul este suficient de fiert; dacă se scurge imediat în apă, mai trebuie fiert. O altă metodă de încercare constă în următoarele: se ia puțină pastă, se pune pe o farfurioară, întinzînd-o pe fundul ei, după care se lasă să se răcească cîteva minute; dacă adunînd-o la un loc pasta se ține, jeleul este gata.

1603. **Jeleu de corcoduşe**

2 kg corcoduşe alese, 1,500 g zahăr, 1 lingură de zeamă de lămîie, cîteva picături de colorant alimentar sau 1 lingură de sirop de zmeură sau din dulceață de vișine.

Corcodușele alese se pun la fiert cu 2 l de apă și se fierb lent, altfel se tulbură zeama. După 10—20 min de fierbere zeama rezultată se strecoară printr-un tifon pus în două, apoi se amestecă cu zahărul și se pune din nou la fiert. Se încearcă dacă este legat la fel cum s-a arătat în rețeta precedentă. Cînd jeleul este fiert se adaugă zeama de lămîie și cîteva picături de colorant alimentar sau o lingură de sirop roșu. Se toarnă în borcane care se leagă bine cu celofan. Se păstrează la rece. Se folosește pentru glasat fructele puse în tarte sau pentru flancuri cu fructe proaspete (v. rețetele 1443 sau 1475).

1604. **Jeleu de caise**

250 g piure de caise (pulpă), 250 g zahăr.

Se prepară la fel ca jeleul de coarne (v. rețeta 1602). Cînd jeleul este fiert și legat bine, se ia cratița de pe foc și se introduce într-un alt vas cu apă rece pentru ca, răcindu-se foarte repede, să-și păstreze culoarea galbenă-aurie.

1605. **Jeleu de vişine**

250 g suc de vișine, 250 g zahăr.

Se prepară la fel ca jelul de coarne (v rețeta 1602), cu deosebirea ca vișinele nu se fierb ci se trec crude prin sită și se deçantează sucul limpede, apoi se fierbe cu zahărul.

1606. **Jeleu de zmeură**

250 g suc de zmeură, 250 g zahăr.

Se prepară la fel ca jeleul de vișine.

1607. **Jeleu de gutui**

1 kg gutui, 300 g zahăr, apă cît acoperă.

Se spală gutuile, se taie (necurățate de coajă) în bucățele mici și se pun la fiert cu apă cît le acoperă. După ce sînt gata fierte, se răstoarnă pe o sită ca să se scurgă toată zeama. La zeama obținută (300 ml) se adaugă 300 g zahăr și se fierbe la foc moale, amestecîndu-se mereu pînă se topește zahărul. Se ia spuma care se formează și după ce s-a constatat că este gata fiert, jeleul fierbinte se toarnă în borcane încălzite. Se folosește pentru glasat prin topire.

1608. **Jeleu de coacăze roșii**

600 g coacăze roșii, 300 g zahăr tos.

Coacăzele coapte se fierb cu apă cît să le acopere, pînă le plesnește pielița. Se strecoară și se presează ușor, după care se cîntăresc, se adaugă aceeași cantitate de zahăr și se fierb la foc domol, amestecînd. Din momentul cînd a dat în fiert, se mai fierbe 5—6 min, în care timp se curăță de spumă. Se toarnă apoi în borcane încălzite ca să nu se spargă. Pentru folosire, jeleul se încălzește în borcan, în baie de apă.

16.8. CREME-SPUMĂ ȘI SOSURI DULCI

Cremele și sosurile dulci se pot servi calde la budinci, iar ca desert se servesc reci la cupe, cești, pahare sau la compotieră.

16.8.1. CREME-SPUMĂ

1609. **Cremă-spumă de fructe, cu frișcă**

1 kg de căpșune sau fragi, zmeură, caise etc., 200–300 g zahăr pudră sau pisat, 300 g frișcă, 1 lingură de gelatină (20–30 g).

Se trec fructele prin sită, oprindu-se o parte din ele întregi. Gelatina se pune la înmuiat în apă rece și după ce s-a umflat se strecoară bine, apoi se topește cu o ceașcă de apă caldă și se toarnă peste fructele date prin sită. Se adaugă zahărul și o parte din cantitatea de frișcă bătută. Se așază la cupe sau în compotieră și se pun la rece, sau se poate îmbrăca o formă cu biscuiți (stropiți cu sirop de zahăr și rom). Se garnisește cu restul de frișcă și cu fructele întregi. Pînă la servire se ține la rece.

1610. **Cremă-spumă de albuș cu căpșune**

600 g căpșune, 4–5 albușuri, 150–200 g zahăr.

Se bat albușurile cu telul pînă încep să se îngroașe, se adaugă treptat zahărul și se mai bat 3—4 min, după care se adaugă căpșunele date prin sită, continuîndu-se baterea pînă se obține o cremă spumoasă și

omogenă. Se pune la cupe sau în compotieră, se garnisește cu căpșune și se ține la rece pînă la servire.

Se consumă în cîteva ore, altfel crema se lasă.

1611. **Cremă-spumă de albuș cu fragi sau cu zmeură**

Se pregătește la fel ca în rețeta precedentă.

16.8.2. SOSURI DULCI

Sosurile dulci se servesc la budinci sau se pot servi reci în cupe, la cești, în pahare sau în compotiere, ca desert. Se pot servi și cu frișcă bătută.

1612. **Fierberea sosurilor dulci**

Într-un vas mai mare decît cel care conține compoziția se pune la fiert apă și, cînd aceasta a dat în fiert, se introduce în apa clocotită vasul care conține compoziția. Se amestecă tot timpul compoziția pînă se îngroașă, fără ca sosul să dea în fiert. Acest sistem de fierbere se numește *fiert în baie de aburi* sau *bain-Marie*. Vasul în care se prepară sosul trebuie să aibă fundul oval. Se recomandă un căzănel de aramă special, cositorit.

Sosurile și cremele preparate fără ouă, dar cu făină, se lasă să fiarbă bine ca să nu aibă gust de făină crudă.

1613. **Sos de cacao (subțire) I**

Pentru 400 g sos: *300 ml lapte, 120 g zahăr, 50 g cacao.*

Se pune laptele la fiert, oprindu-se 2—3 linguri pentru dizolvat cacaua. Se adaugă zahărul și, după ce laptele a fiert, se pune cacaua dizolvată cu 2—3 linguri de lapte rece, amestecînd pînă dă din nou în fiert și se îngroașă puțin.

1614. **Sos de cacao II**

Pentru 400 g sos: *300 ml lapte, 150 g zahăr, 50 g cacao, 20 g făină de cartofi sau de grîu.*

Se opresc 2—3 linguri de lapte pentru dizolvat făina și cacaua, iar restul se fierbe cu zahăr. Apoi se adaugă făina și cacaua dizolvate și se amestecă pînă se îngroașă potrivit.

1615. **Sos de ciocolată I**

Pentru 400 g sos: *300 ml lapte, 150 g zahăr, 100 g ciocolată, 20 g făină de cartofi, zahăr vanilat, după gust.*

Se opresc 2—3 linguri lapte pentru dizolvat făina, iar restul de lapte se pune la fiert cu zahărul și vanilia. În laptele fiert se pune făina dizolvată și se mai dă o dată în fiert, după care se dă vasul la o parte, adăugînd ciocolată rasă sau topită.

1616. **Sos de ciocolată II**

Pentru 400 g sos: *300 ml lapte, 150 g zahăr, 100 g ciocolată, 3 gălbenușuri, zahăr vanilat după gust.*

Se freacă bine gălbenușurile cu zahărul timp de 5—6 min, se toarnă puțin cîte puțin peste laptele fiert, se adaugă ciocolata rasă, se adaugă zahărul vanilat, se amestecă bine și se pune la foc. Se încălzește pînă la înfierbîntare fără să mai dea în fiert, ca să nu se coaguleze gălbenușurile.

1617. **Sos dulce de lămîie**

Pentru 400 g sos: *1-2 lămîi, 200 g zahăr, 10-15 g făină de cartofi (amidon), 300 ml apă.*

Se freacă zahărul cu coajă de lămîie rasă, se adaugă apă călduță și se pune la fiert.

Între timp, se dizolvă amidonul (sau zeamilul) în 2—3 linguri de apă, peste care se toarnă siropul, se amestecă în continuu, apoi se adaugă zeama de lămîie. Se poate adăuga și 1/2 baton de vanilie și se mai dă într-un clocot, după care se strecoară.

Sosul cald se folosește pentru budinci, iar după ce s-a răcit se poate servi cu frișcă, ca desert.

1618. **Sos de vin**

Pentru 500 g sos: *300 ml vin, 300 g zahăr, 40 g făină de cartofi (amidon).*

O parte din vin (100 ml) se oprește pentru dizolvat amidonul, iar restul se pune la fiert cu zahărul. Cînd a dat în clocot se toarnă siropul cîte puțin peste amidonul dizolvat, amestecîndu-se cu un tel pînă dă din nou în fiert. După preferință, se pot adăuga arome: vanilie, lămîie sau scorțișoară.

1619. **Sos de vin (chaudeau)**

Pentru 400 g sos: *4 gălbenușuri, 120 g zahăr, 300 ml vin, 1/2 baton vanilie.*

Se pune la fiert vinul cu vanilia și separat se freacă gălbenușurile (cît mai proaspete) cu zahărul. După ce vinul a dat în fiert, se toarnă cîte puțin peste gălbenușurile frecate, amestecîndu-se în continuu pînă se omogenizează, apoi se pune sosul iar pe foc și se amestecă pînă se înfierbîntă bine.

Se servește fierbinte la cești. Este bun și ca medicament în afecțiuni respiratorii (răceli, bronșite etc.).

1620. **Sos de vanilie**

Pentru 500 g sos: *400 ml lapte, 150 g zahăr, 3 ouă, 50 g făină de cartofi, 1/2 baton vanilie.*

Se freacă ouăle cu zahărul într-un castron, se adaugă făina dizolvată în 2—3 linguri de lapte, iar restul de lapte se pune la fiert cu vanilia. Cînd a dat în fiert, se toarnă cîte puțin peste ouă și se amestecă bine. Se pune din nou sosul pe plită și se amestecă tot timpul pînă începe din nou să fiarbă.

Se servește la budinci, sau se poate servi și rece în cești.

1621. **Sos de zahăr ars**

Pentru 400 g sos: *200 g zahăr, 300 ml apă sau lapte, 30 ml rom, 10 g făină de cartofi.*

Într-o crăticioară se pune zahărul la topit cu 2—3 linguri de apă, se ține pe plită și se amestecă tot timpul pînă ce începe să se caramelizeze, dar să nu se ardă prea tare. Se stinge apoi cu lichidul în care s-a dizolvat făina, se amestecă și se lasă din nou pe plită pînă ce se dizolvă zahărul care s-a caramelizat. Cînd este gata se adaugă romul. Se întrebuințează la budinci de griș, orez etc.

1622. **Sos de cafea**

Pentru 400 g sos: *50 g cafea, 200 g zahăr, 400 ml lapte, 4 gălbenușuri, 10 g făină de cartofi.*

Jumătate din cantitățile de zahăr și lapte se pun la fiert, se adaugă esență de cafea (cafeaua fiartă separat și strecurată prin tifon) și se lasă să fiarbă puțin. Gălbenușurile se freacă cu restul de zahăr, se adaugă făina dizolvată cu 2—3 linguri de lapte rece, apoi se toarnă puțin cîte puțin laptele clocotit.

Se pune totul din nou pe plită, se amestecă în continuare pînă la înfierbîntare fără să clocotească, ca să nu se coaguleze gălbenușurile.

Se servește la budinci sau se poate servi în cupe sau la cești, ca desert.

1623. **Sos de smîntînă cu ciocolată**

300 g smîntînă, 150 g zahăr pudră, 100 g ciocolată.

Se topește ciocolata într-o crăticioară pe marginea mașinii de gătit. Smîntîna se amestecă cu zahărul pudră și se adaugă ciocolata topită. Se servește la budinci sau ca desert.

1624. **Sos de rom**

300 ml ceai tare, 4 gălbenușuri, 1/2 lămîie, 20 g amidon, 200-250 g zahăr, 50 ml rom.

Se freacă gălbenușurile cu zahărul într-un castron, se adaugă făina și peste ea se toarnă cîte puțin ceaiul fierbinte. Se pune apoi pe foc, amestecîndu-se în continuu pînă se înfierbîntă bine. La sfîrșit se adaugă romul și zeama de lămîie.

1625. **Sos de vin spumos**

300 ml vin, 4 ouă, 200 g zahăr, 50 ml rom sau coniac.

Se fierbe vinul și se toarnă, cîte puțin, peste ouăle frecate cu zahărul. Se amestecă bine punînd vasul cu compoziția în alt vas cu apă fierbinte (bain-Marie) pe foc. Sosul se bate în continuu pînă se îngroașă puțin, fără să dea în fiert.

1626. **Sos de miere de albine și mere**

1/2 kg mere acrișoare, 200 g miere de albine, 100 g zahăr, scorțișoară, 1 plic zahăr vanilat, coajă de lămîie rasă, rom.

Se curăță merele, se taie în felii subțiri și se pun la înăbușit cu zahărul, scorțișoara, zahărul vanilat și coaja de lămîie rasă, apoi se dau prin sită. Piureul obținut se amestecă cu miere de albine și se adaugă rom după gust.

1627. **Sos dulce de mere**

1 kg mere acrișoare, 300 g zahăr, 300 ml apă, 30 g făină de cartofi, scorțișoară, 1 plic zahăr vanilat, coajă de lămîie și rom după gust.

Se spală merele, se scobesc la mijloc scoțîndu-se sîmburii, iar în locul rămas gol se pune zahăr. Se coc la cuptor apoi se trec prin sită. Piureul obținut se amestecă cu siropul preparat din restul de zahăr, făina dizolvată în puțină apă, scorțișoară, zahăr vanilat, coajă de lămîie rasă și se dă într-un singur clocot.

1628. **Sos de caise**

500 g caise sau 200 g marmeladă de caise, 150 g zahăr, 20 g făină de cartofi, 1 plic zahăr vanilat.

Se prepară un sirop din zahăr cu 200 ml apă, fierbîndu-le timp de 5—6 min. Între timp, se trec prin sită caisele. Dacă caisele sînt tari se înăbușă în prealabil cu cîteva linguri de apă și apoi se trec prin sită. Dacă sosul se face din marmeladă, aceasta se dizolvă în sirop.

Piureul de caise sau marmelada se amestecă cu făina de cartofi, cu siropul și cu zahărul vanilat, după care se mai dă o dată în fiert.

Se servește la budinci sau în cupe ca desert.

1629. **Sos de fructe**

Fructe crude, fructe uscate sau marmeladă.

Dacă sosul se prepară din fructe crude sau uscate, ele trebuie puse la fiert în apă. După ce s-au fiert se strecoară (cu zeama rece se dizolvă făina), fructele se trec prin sită, se amestecă cu zahăr, se adaugă făina sau amidonul dizolvat (la 300 ml lichid — zeamă de la fructe — se pun 15—20 g amidon) și se amestecă pe foc pînă dă o dată în fiert.

1630. **Sos de migdale**

200 g migdale, 400 ml lapte, 200 g zahăr, 4 gălbenușuri.

Migdalele, opărite și curățate de coajă, se usucă la gura cuptorului. Se dau prin mașina de nuci după care se pisează în piuliță și se amestecă cu gălbenușurile frecate cu zahăr. Peste această compoziție se toarnă cîte puțin lapte fierbinte, amestecîndu-se ușor.

Se servește ca desert sau ca sos la budinci.

1631. **Sos dulce de lapte**

600 ml lapte, 60 g unt, 60 g făină, 200 g zahăr, arome după gust.

Făina, amestecată cu untul încălzit, se dizolvă cu laptele fiert cu zahăr și se amestecă pe foc pînă dă o dată în fiert. Se adaugă arome după gust.

1632. **Sos dulce de vișine**

400 g vișine, 400 ml apă, 200 g zahăr, 10-15 g amidon sau zeamil.

Se fierbe apa cu zahărul și se formează siropul, iar amidonul dizolvat în cîteva linguri de apă călduță se toarnă în sirop amestecîndu-se fără întrerupere, pînă dă în fiert.

Între timp, se spală vișinele, se scurg de apă, se scot sîmburii, apoi se dau prin mașina de tocat cu sită deasă. Piureul de vișine astfel obținut se pune în sirop și se amestecă.

Se servește la budinci și la frigănele.

17. *BĂUTURI*

17.1. BĂUTURI NEALCOOLICE

1633. **Cafea turcească**

Pentru 100 ml de cafea (o ceaşcă) se pun circă 15 g cafea măcinată (o linguriţă) şi tot atît zahăr sau după preferinţă. Cafeaua şi zahărul se pun într-un ibric şi se diluează cu apă măsurată cu ceaşca respectivă de cafea. Se amestecă cu o linguriţă, ţinîndu-se ibricul pe foc pînă se formează caimacul, care se ia cu linguriţa şi se împarte în ceşcuţele de cafea. Apoi ibricul cu cafea se pune din nou pe foc şi după ce dă în clocot se trage de pe foc, se lasă 1—2 min ca să se aşeze zaţul, după care cafeaua se toarnă în ceşti. Se serveşte fierbinte.

1634. **Nescafe la ceaşcă**

La o ceaşcă (de 120 ml) se pune o linguriţă de nescafe şi tot atîta zahăr sau după gust şi peste acestea se toarnă, amestecîndu-se, apă fierbinte şi se serveşte imediat.

1635. **Şvarţ pentru cafea cu lapte**

30–40 g cafea măcinată, 20–30 g cicoare, 400–500 ml apă.

Se diluează cafeaua măcinată împreună cu cicoarea cu apă călduţă şi se lasă pe foc pînă dă în fiert. Apoi se mai lasă la foc domol să fiarbă 3—5 min, după care se ia de pe foc şi se lasă să se aşeze zaţul. Se foloseşte pentru cafea cu lapte.

1636. **Cafea cu lapte**

Se măsoară laptele cu ceaşca, în funcţie de numărul persoanelor, se fierbe, apoi se adaugă şvarţul (v. reţeta 1635) limpezit şi zahăr după gust, sau zahărul se serveşte separat.

1637. **Cafea filtru**

Pentru cafeaua filtru se foloseşte cafea rîşnită ceva mai mare decît în mod obişnuit. Se socoteşte o lingură de cafea la 200 ml apă. Se pune cafeaua bine îndesată în vasul special pentru filtru, se opăreşte cu apă fiartă,

se pune capacul şi se lasă ca apa să se filtreze. Astfel, în partea de jos a vasului se obţine o esenţă de cafea fără zaţ.

Se serveşte foarte fierbinte, îndulcită după preferinţă. Se poate adăuga şi lapte fierbinte.

Cafeaua filtru se mai poate folosi la îngheţata de cafea, la creme şi la diferite băuturi răcoritoare.

1638. **Mazagran**

Se prepară şvarţ ca în reţeta 1635. După ce s-a limpezit se strecoară, se îndulceşte după plac, se adaugă de preferinţă rom, se pune la sticlă, se astupă cu un dop şi se ţine la gheaţă sau în frigider.

Se serveşte la pahar, cu pai de orez.

1639. **Cafea vieneză**

Este o cafea turcească, dar ceva mai concentrată, îndulcită după gust şi garnisită cu frişcă bătută.

1640. **Cafea Marghiloman**

Se prepară la fel ca şi cafeaua turcească, dar mai concentrată. Se pune caimacul în cești, se mai dă într-un clocot, după care se ia de pe foc şi se lasă să stea 2—3 min ca să se aşeze zaţul, apoi se toarnă în cești şi se adaugă 1—2 linguriţe de rom Jamaica.

Această cafea se serveşte în cești groase, care au proprietatea de a păstra cafeaua mai mult timp fierbinte. Aroma cafelei şi a romului îi conferă preparatului o savoare deosebit de apreciată.

1641. **Cacao cu lapte**

1 l lapte, 50 g cacao, 150 g zahăr.

Într-un vas se pune lapte la fiert. Separat într-un castronaş sau într-o ceaşcă se diluează cacaua şi zahărul cu 150 ml apa călduţa. Se amestecă cu o linguriţă pînă ce se face ca o cremă care se toarnă amestecîndu-se peste laptele fiert şi împreună se mai ţin pe foc 2—3 min. Se serveşte fierbinte.

1642. **Ciocolată cu lapte**

1 l lapte, 50-60 g ciocolată, 100 g zahăr tos.

Într-un vas se pune lapte la fiert. În alt vas se introduce ciocolată rasă pe răzătoare sau tăiată mărunt, se adaugă zahărul tos şi treptat se toarnă laptele cald. Se amestecă cu un tel sau cu o lingură pînă se dizolvă ciocolata şi dă în fiert. Se serveşte fierbinte.

1643. **Şodou**

2-3 gălbenuşuri de ou, 2-3 linguri de zahăr, 200-300 ml lapte fierbinte, 1 linguriţă de rom sau coniac.

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul tos, se toarnă treptat laptele clocotit, iar la urmă se adaugă coniacul sau romul.

1644. **Grog**

Se potrivește 1 l de ceai fiert de zahăr, se adaugă puțină zeamă de lămîie și se toarnă în pahare. Se adaugă la fiecare pahar cîte o linguriță de rom.

1645. **Punci de lămîie sau de portocale**

1-2 lămîi sau portocale, 200 g zahăr, 100 ml rom sau coniac, 1 l ceai foarte fierbinte.

Se curăță foarte subțire numai partea galbenă din coaja de lămîie, apoi se taie lămîia mărunt și se pisează cu zahăr, după care se introduce în vasul cu ceai clocotit. Acesta se acoperă și se lasă 5—6 min (fără să mai fiarbă) apoi se strecoară, se adaugă zeama de lămîie sau de portocală, romul și se pune la încălzit fără să mai dea în fiert. Se servește imediat și cît mai fierbinte.

1646. **Suc de fructe sau de legume**

Sucurile se obțin din fructe coapte și din legume (roșii bine coapte sau și din morcovi). Nu se combină cu zahăr, alcool și nici cu apă. Sucul se extrage cu o centrifugă sau prin presare. Sucul din morcovi se obține astfel: se dau morcovii prin răzătoare cu găuri mici, după care se storc forțat prin tifon. Sucurile se prepară în cantități mici, atît cît se consumă în aceeași zi, altfel fermentează pierzînd din gust și aromă. Sucurile de fructe, pe lîngă faptul că sînt plăcute la gust, conțin săruri minerale și vitamine.

1647. **Citronadă**

1-2 lămîi, 400 g zahăr, 2 l apă, 1 g sare de lămîie.

Lămîile se spală, se șterg cu un șervet, după care se rad de coaja galbenă. Răzătura obținută se pune într-un castron, se adaugă zahărul și se freacă cu o lingură de lemn (care se folosește numai la dulciuri), apoi se adaugă sarea de lămîie și apa. Se amestecă bine să se dizolve tot zahărul, după care se strecoară printr-o sită deasă sau tifon, se adaugă zeama de lămîie stoarsă, se toarnă în sticle și se păstrează la rece.

1648. **Oranjadă**

1-2 portocale, 400 g zahăr, 1 g sare de lămîie, 3-4 picături de colorant roșu alimentar, 2 l de apă.

Se prepară la fel ca citronada, cu deosebirea că se înlocuiește lămîia cu portocală și se adaugă cîteva picături de colorant roșu.

1649. **Chiseliță de vișine**

500 g vișine, 300 g zahăr, 80-100 g amidon de cartofi, 1 l apă fierbinte, 1 plic de zahăr vanilat.

Vișinele se spală în apă rece, li se scot sîmburii, se pun într-un castron, se presară cu zahărul și se lasă 1/2 oră. Între timp, castronul se scutură de cîteva ori ca să iasă cît mai mult suc, care se scurge și se adauga în chiseliță la urmă.

Sîmburii de la vișine se sparg și se pun într-un oală cu 1 l de apă clocotită, se lasă să dea într-un clocot, după care se strecoară. Lichidul obținut se toarnă peste vișinele macerate sau invers și se dă într-un clocot. Tot atunci se toarnă amidonul dizolvat cu puțină apă fiartă și în prealabil răcită. (Dizolvarea făinii de amidon se face în momentul în care trebuie adăugată). Amidonul dizolvat se strecoară direct dintr-o dată, în vasul cu lichidul fierbinte și se amestecă cu telul pînă dă într-un scurt clocot, după care se ia vasul de pe foc, se adaugă sucul de la vișine și se amestecă. Apoi se toarnă în cești sau în compotiere. Se servește caldă, garnisită cu fructele din care s-a pregătit, sau rece, garnisită cu frișcă bătută sau tot cu fructe.

1650. **Chiseliță de mere sau alte fructe**

1 kg mere, 250-300 g zahăr, 3 linguri amidon, 1 l apă, 1 plic de zahăr vanilat.

Merele se spală, se taie în felii subțiri și se pun la fiert cu 1 l de apă. După ce merele s-au fiert se scurg printr-o sită de păr sau se dau prin pasoar ca să treacă pulpa fructului, se adaugă zahărul și se pune pe foc amestecîndu-se pînă dă în fiert, moment în care se adaugă amidonul dizolvat, procedîndu-se apoi la fel ca în rețeta precedentă.

17.2. BĂUTURI ALCOOLICE

1651. **Vin fiert**

1 l vin, 100-150 g zahăr, 1 bucățică de scorțișoară, coajă de lămîie, cîteva cuișoare.

Se pune vinul la fiert (se recomandă vin vechi) într-un vas acoperit. Se adaugă zahărul și condimentele și se lasă să dea în clocot. Se servește fierbinte, la cești.

1652. **Crușon**

1 l de vin, 300 g mere, 2 pere, 2 portocale, 2-3 banane sau mandarine (se mai pot pune și alte fructe: ananas sau compot de cireșe), 200 g zahăr tos, coniac sau rom, după gust.

Fructele, curățate de coajă, se taie în cubulețe, se presară cu zahăr, se stropesc cu rom și se lasă să se macereze 1—2 ore la loc răcoros. Apoi se adaugă vinul, se amestecă și se servește rece, în serviciu special pentru crușon. La crușon se mai pot adăuga și alte fructe de sezon (zmeură, fragi, struguri).

1653. **Lichior de portocale**

1 l alcool, 800 g zahăr, 1/2 l apă, coajă de la 2-3 portocale.

Se rade coaja de portocale numai la suprafață, se introduce într-o damigeană mică, se toarnă alcool, se astupă și se lasă cîteva zile în bucătărie la macerat. După macerare, jumătate din esență se adaugă la siropul fiert din zahăr și apă, lăsînd să dea în cîteva clocote, apoi se dă la o parte. După ce s-a răcit se toarnă și restul de esență, se agită bine și se mai lasa

să stea 3—4 zile, după care se strecoară prin tifon dublu și se pune în sticle. Se poate consuma imediat sau se păstrează.

1654. **Lichior de cafea**

1 l alcool, 1 kg zahăr, 1 l apă, 200 g cafea măcinată, 1/2 baton vanilie sau 1 plic de zahăr vanilat.

Se prepară cafea filtru (v. rețeta 1637) în care se adaugă zahărul, vanilia și se amestecă pînă se dizolvă. După ce s-a răcit se toarnă siropul de cafea peste alcool, se pune la sticle, se astupă ermetic și după cîteva zile se filtrează astfel: se așază pîlnia deasupra sticlei, se pune în ea tifonul în două și un strat subțire de vată și se toarnă lichiorul puțin cîte puțin pînă se scurge tot. Sticlele se astupă cu dopuri și se păstrează în cămară sau în pivniță.

1655. **Lichior de anason sau de chimen**

100 g zahăr, 20 g anason sau chimen, 1/2 l de apă, 1/2 l alcool.

Chimenul sau anasonul se alege, se spală, se scurge de apă și se pune la uscat. În momentul pregătirii lichiorului se pune zahărul într-o cratiță și se amestecă pe foc domol pînă începe să se caramelizeze, se adaugă chimenul sau anasonul și se stinge cu 1/2 l apă. Se acoperă și se lasă să fiarbă 5—6 min, după care se strecoară în alt vas. Se adaugă alcoolul și se dă din nou într-un clocot. Se servește fierbinte sau se toarnă în sticlă, se astupă cu un dop de plută și se păstrează.

Acest lichior poate fi mai tare sau mai slab, depinde de dorință. Pentru aceasta se micșorează sau se mărește cantitatea de apă cu care se stinge zahărul caramelizat. Dacă se preferă ca lichiorul să fie mai dulce, se mai adaugă zahăr, după ce s-a stins cel caramelizat, și încă 1/2 l apă.

1656. **Lichior de nuci verzi**

20 nuci verzi, 1 l de alcool, 400 g zahăr, 1 1/2 l apă, 2-3 cuișoare, 2-3 bucăți de scorțișoară.

Nucile verzi, încă tinere, se taie în felii și se pun într-o damigeană de 3 l. Peste acestea se toarnă o parte din alcool (300 ml) îndoit cu apă. Damigeana se astupă cu un dop și se ține la soare sau în bucătărie 10—15 zile, agitîndu-se în fiecare zi. Cînd se pregătește lichiorul, nucile macerate se strecoară prin tifon pus în două. Separat, într-o crăticioară, se caramelizează o parte din zahăr (cam 60 g), se stinge cu apă, se adaugă restul de zahăr, cuișoarele, scorțișoara (nemăcinate) și se mai ține pe foc pînă dă în fiert. Apoi se strecoară din nou, se lasă să se răcească și se adaugă esența de nuci și restul de alcool. Se pune la sticle, se astupă și după 2—3 săptămîni se poate consuma.

1657. **Lichior de coarne**

5 kg coarne, 1,600 kg zahăr, 1,5 l alcool.

Se prepară la fel ca vișinata (v. rețeta 1661), în loc de vișine folosindu-se coarne bine coapte.

1658. **Lichior de cireşe amare**

600 g cireşe amare, 1 l de alcool, 1 1/4 l apă, 600 g zahăr, cîteva bucăţele de scorţişoară, 1 baton de vanilie.

Cireşele amare se selecţionează, se spală în apă rece, se scurg bine, după care se pisează sfărîmîndu-se sîmburii şi se introduc în damigeană. În continuare se procedează la fel ca la reţeta 1656.

1659. **Lichior de zmeură**

1 kg de zmeură, 1 l de alcool, 100 ml rom sau cîteva picături de esenţă de rom, 500 g zahăr.

Zmeura proaspătă se alege, se pune împreună cu zahărul într-o damigeană şi se ţine 5—6 zile la soare, agitîndu-se zilnic. Se adaugă alcoolul, se astupă ermetic şi se mai ţine 2—3 săptămîni dar în loc răcoros. După aceea se strecoară filtrîndu-se prin tifon pus în două şi un strat subţire de vată. În lichiorul filtrat se adaugă romul şi se toarnă în sticle, care se astupă cu dopuri opărite în apă clocotită.

1660. **Şodou cu vin şi rom**

4 gălbenuşuri, 200 g zahăr, 400 ml vin vechi, 50-100 ml rom.

Într-un căzănel sau lighenaş cu fundul oval şi fără plesnituri de email (smalţ) se introduc gălbenuşurile cu zahărul şi se freacă 5—6 min, după care se adaugă cîte puţin vin clocotit şi se freacă în continuare, apoi se bate cu telul pînă se toarnă tot vinul şi romul într-un fir cît mai subţire. Această compoziţie se mai poate pune pentru 10—15 min la fiert într-un alt vas cu apă clocotită în baie de apă (bain-Marie), bătîndu-se continuu cu telul pînă se îngroaşă compoziţia ca o smîntînă mai subţire.

Se serveşte fierbinte, în cesti de cafea.

1661. **Vişinată**

5 kg vişine, 1,750 kg zahăr tos, 1,5 l alcool.

Vişinele proaspete se curăţă de codiţe, se spală în apă rece, după care se introduc într-o damigeană potrivită (de 8—10 l), intercalîndu-se cu zahărul. Pentru a da o aromă mai plăcută vişinatei, în damigeană se pun într-un săculeţ de tifon sîmburi de vişine zdrobiţi cu totul în piuliţă. Damigeana se leagă la gură cu o bucată de tifon şi se ţine 6—10 zile sau pînă cînd vişinele lasă zeamă abundentă şi se dizolvă zahărul, într-un loc unde bate soarele sau numai la căldură. Damigeana cu vişine se scutură zilnic.

Se adaugă apoi alcool şi se mai pot adăuga 200—300 ml rom superior şi un baton de vanilie, după care damigeana se astupă ermetic cu un dop şi se lasă la rece 14 zile, agitîndu-se la 2—3 zile, putîndu-se apoi consuma imediat sau se poate păstra mai multă vreme.

1662. **Afinată**

5 kg afine, 2 kg zahăr tos, 1,5 l alcool.

Se prepară la fel ca şi vişinata (v. reţeta precedentă) folosindu-se, în loc de vişine, afine.

1663. **Imitație de vermut**

800 ml vin de 12°, 180 g zahăr, 100 ml alcool de 80°, 1 lingură de caramel lichid, 5 g coajă de portocală, 2-3 g coajă de nuci verzi (poate fi uscată), 1/2 g scorțișoară, 1/2 g nucșoară, cîteva frunze de mentă.

Componentele aromate se opăresc cu 200 ml de vin, iar în restul de vin se dizolvă zahărul și se lasă să dea într-un clocot. Apoi se ia de pe foc, se adaugă vinul aromatizat strecurat, alcoolul, se toarnă în sticlă, se astupă cu dop și se păstrează la rece pînă la consumare.

Unele componente aromate pot fi înlocuite, după gust, cu altele. Astfel, în loc de coajă de portocală se poate folosi coajă de lămîie sau de grepfruit, în loc de frunză de mentă se poate folosi pelin sau țintaure, coriandru etc.

Aromatizarea se poate face și direct în vasul cu vin, punîndu-se componentele aromate într-un săculeț de tifon care se cufundă în vin și se lasă să dea în 2—3 clocote, după care săculețul cu arome se scoate, iar în vinul răcit se adaugă alcoolul.

1664. **Vin de struguri preparat în casă**

Rețetele de preparare a vinului în casă se recomandă numai pentru amatori care prepară cantități mici, la damigene. Întreprinderile de vinificație au alte metode tehnologice care sînt tratate în diferite lucrări de specialitate.

Vinul se poate prepara din diferite soiuri de struguri: Fetească, Risling, Aligote, Tămîioasă, Hamburg, Otonel, Cotnari, Hibrid ș.a. care cresc pe lîngă casă sau care se pot cumpăra.

Calitatea vinului depinde de soiul de viță și de gradul de coacere.

Strugurii trebuie culeși la maturitate deplină. Ciorchinii de struguri se clătesc în apă rece și se lasă la scurs. Pentru prepararea vinului se aleg numai boabele sănătoase, iar cele crăpate și mucegăite se înlătură. Apoi, boabele de struguri se zdrobesc și se pun în borcane sau în vase emailate pentru 4—5 zile, la macerat, după care se scoate mustul cu furtunul, se strecoară prin tifon și se toarnă în damigene. Restul (boasca) se stoarce, presîndu-se bine ca să se scurgă tot mustul, care se pune tot în damigene.

În caz că strugurii nu sînt destul de dulci, se pot adăuga 100 g zahăr la 1 l de must, care se dizolvă în must cald.

Damigenele nu se umplu complet, ci pînă la circa 20 cm sub dop. Se astupă ermetic cu un dop perforat prin orificiul căruia se introduce un capăt de furtun, iar celălalt capăt se introduce într-un borcan sau într-o sticlă cu apă. Dopul se smolește sau se parafinează bine astfel ca să nu comunice mustul cu aerul de afară.

Damigeana cu must se lasă într-un loc cu temperatura de 18—20° C, pînă se termină fermentarea mustului care trece în vin. Apoi se scoate furtunul, se completează golul din damigeană cu vinul din altă damigeană de rezervă, pregătit la fel ca și cel din damigeana de bază și se pune dopul lejer pentru a da posibilitatea restului de bioxid de carbon care ar mai rezulta să iasă din damigeană. După 6—8 zile, cînd nu se mai observă nici o fermentare, iar vinul s-a limpezit, se astupă damigeana ermetic cu dop.

Pritocirea. După cîteva săptămîni se poate trage vinul de pe drojdie în altă damigeană, procedînd în felul următor: capătul furtunului se leagă la o șipcă sau nuia de circa 20—30 cm lungime, în așa fel ca șipca să depășească capătul furtunului cu 5—6 cm și se introduce în damigeană pînă

la fund, cu grijă ca să nu se tulbure vinul; pe la capătul celălalt al furtunului se trage vinul în altă damigeană, dar fără să curgă de sus, ci aproape de fund. Această operație de pritocire se repetă obligatoriu la începutul lunii martie, iar dacă vinul trece de 1 an pritocirea se repetă.

Vinul preparat astfel poate fi consumat imediat după ce s-a limpezit și s-a tras de pe drojdie, dar va fi mai bun și mai concentrat dacă stă cîteva luni sau cîțiva ani.

Vinul care se consumă în cîteva zile se trage la sticle care se astupă bine cu dopuri noi înmuiate în apă caldă.

Pentru ca vinul să țină mai mult trebuie să se facă cel puțin 3 pritociri dintre care a doua în decembrie și a treia în luna martie, după care se poate trage vinul în sticle, se astupă cu dopuri de plută înmuiate în apă caldă, apoi se smolesc sau se parafinează și se așază culcate în pivniță sau în alte locuri reci și întunecoase. În acest fel, vinul poate fi păstrat luni și chiar ani de zile.

Parafinarea se face în felul următor: se pun la topit 1 parte ceară de albine și 3 părți parafină, amestecînd mereu și după ce s-a topit totul și s-a omogenizat se trece prin această soluție capul fiecărei sticle astupată în prealabil bine cu dop.

1665. **Vin dulceag din boască de struguri**

Din boasca rămasă de la strugurii din care s-a stors mustul pentru vin, se poate prepara un vin dulceag (cidru) în felul următor: într-un borcan de 12—15 l se pun 6—8 kg boască, se adaugă cîteva mere acre rase pe răzătoare și amestecate cu 300 g zahăr și zeama de la 1 lămîie, se completează cu apă călduță pînă la 3 sferturi din borcan, se acoperă cu tifon, se leagă și se ține 2—3 zile la temperatura de 18—20°C. Apoi se strecoară, se toarnă în damigeană, se adaugă zahăr dizolvat în vin,socotind cîte 200 g pentru fiecare litru de lichid. Se astupă cu un dop perforat în care se fixează furtunul, procedîndu-se în continuare ca în rețeta precedentă. Acest vin nu poate fi păstrat mai mult de 4—5 luni.

1666. **Vin spornic**

Pentru 10 l de vin se prepară must din 3 kg struguri, se toarnă într-o damigeană de 10 l se adaugă 2 kg de zahăr dizolvat în apă călduță, iar restul se completează cu apă lăsîndu-se damigeana puțin goală (cam 1 l). În continuare se procedează la fel ca în rețeta 1664.

1667. **Vin de coacăze (cidru)**

Pentru 10 l de vin: *6-7 kg coacăze curățate, 2 kg zahăr, 2 lămîi sau 1 linguriță de sare de lămîie, 4 l apă.*

Coacăzele se spală de praf, se rup de pe codițe și se trec prin teasc sau se terciuiesc cu fundul unei sticle. Se pun într-un borcan, se adaugă zeama sau sarea de lămîie, zahărul dizolvat în apă și se lasă la macerat 2—3 zile. Apoi se strecoară sucul, se toarnă într-o damigeană care se astupă cu dop perforat în care se introduce furtunul de fermentare, în continuare procedîndu-se ca în rețeta 1664.

După fermentare, vinul se pritocește și se menține damigeana plină. După ce s-a limpezit bine se trage la sticle.

1668. **Vin de corcoduşe**

Fructele de corcoduş nu se scutură ci se lasă pînă se coc şi cad singure. Ele se adună în fiecare zi, se spală cu apă rece de praf sau de noroi, se pun în borcan şi se strivesc cu mîna. Se umple borcanul pînă la umeri, se ţine 7—8 zile la soare, amestecîndu-se în fiecare zi de 2—3 ori, după care se strecoară frecînd conţinutul în aşa fel ca să treacă tot miezul, rămînînd doar sîmburii şi coaja.

La pulpa obţinută se adaugă la fiecare litru 1 kg de zahăr şi 3 l apă, se amestecă bine şi se pune într-o damigeană, lăsîndu-se un spaţiu liber de 10 cm pînă la gură, ca să aibă loc spuma care se formează prin fermentare. Se astupă cu un dop perforat în care se montează un capăt de furtun, iar celălalt capăt se introduce într-un borcănel sau într-o sticlă cu apă. După ce a încetat fermentarea complet, se scoate dopul perforat cu furtunul şi se astupă provizoriu cu un alt dop. Se lasă să se limpezească bine pînă la consum sau pînă în decembrie, cînd trebuie tras de pe drojdie (pritocit) în alt vas, fără să se tulbure (v. reţeta 1664).

După pritocire, vinul se poate pune la sticle care se astupă cu dopuri noi de plută înmuiate în apă caldă, se smolesc sau se parafinează şi se păstrează la loc răcoros.

1669. **Vin de mere (cidru)**

Merele se culeg cînd sînt bine coapte. Se curăţă părţile lovite şi cele mîncate de viermi. Se taie în bucăţele mici şi se clătesc în 10 l de apă rece în care s-a pus o linguriţă de sare de lămîie (ca să nu se închidă la culoare).

Fructele, mai ales merele sau perele, se prepară repede, fără să stea mai multe ore, deoarece ele se oxidează foarte uşor. Fructele curăţate se zdrobesc cu maiul într-o putină sau se trec prin teasc. Se măsoară cantitatea de suc obţinută şi la fiecare litru se adaugă 150—200 g zahăr şi se toarnă în damigeană, care se astupă cu un dop perforat prin care se introduce furtunul de fermentare, iar celălalt capăt al furtunului se introduce într-un borcan sau într-o sticlă cu apă. Se lasă pînă ce încetează fermentarea (fierberea), după care se umple damigeana complet şi se mai lasă 3—4 săptămîni ca să se limpezească bine vinul, apoi se poate trage la sticle.

1670. **Vin de vişine (cidru)**

9 kg vişine, 2 kg zahăr, 5 l apă.

La o parte din vişine se scot sîmburii, apoi toate se opăresc cu 5 l de apă fiartă şi se lasă 1—2 zile să stea într-un vas acoperit. După aceea se scurge mustul, iar peste restul rămas se toarnă 1 l de apă fierbinte, se amestecă şi, după răcire, sucul se scurge peste primul. Se adaugă zahărul dizolvat cu sucul încălzit. Se toarnă în damigeană şi se continuă prepararea la fel ca în reţeaua precedentă.

1671. **Vin de stafide sau de smochine**

Pentru 10 l de vin: *1 kg stafide sau 1,300 kg smochine, 8-9 l apă, 2 kg zahăr tos.*

Stafidele se spală în apă călduţă, se curăţă de codiţe şi se toacă mărunt. Se introduc în damigeană, se toarnă zahărul dizolvat în atîta apă cît

să se umple damigeana pînă la circa 10 cm sub dop. Se astupă damigeana cu un dop perforat la care se prinde furtunul pentru fermentare (v. rețeta 1664).

După fermentare și limpezire, vinul se pritocește, iar după ce trec cîteva luni se mai pritocește și se trage la sticle.

1672. **Vin de măceșe**

Pentru 10 l de vin: *1 kg măceșe uscate sau 1,5 kg proaspete, 2 kg zahăr, 2-3 lămîi, 8-9 l apă.*

Măceșele proaspete se taie în două, iar cele uscate se pisează sau se trec prin mașina de tocat. Se opăresc cu 5 l de apă fiartă și după răcire se adaugă coaja rasă a lămîilor, zeama acestora și zahărul dizolvat în restul de apă (3 l). Se toarnă într-o damigeană care se astupă cu un dop perforat prevăzut cu furtun pentru fermentare. După fermentare și limpezire, vinul se pritocește, iar după a doua pritocire se trage la sticle.

De reținut: măceșele sînt mai bune dacă se culeg după ce a dat gerul, iar cele culese de proaspete se pun la uscat.

1673. **Vin de fructe de porumbar**

Porumbarul este un arbust sălbatic, cu ramuri spinoase și flori albe. Fructele de porumbar — porumbele — sînt mai mari decît afinele, au culoare neagră-vineție și gust acru astringent; se culeg după ce dă gerul. Vinul de porumbe se prepară la fel ca cel de măceșe (v. rețeta 1672).

1674. **Vin de prune**

10 kg prune, 2 kg zahăr, 8 l de apă, 2-3 lămîi, cîteva cuișoare, scorțișoară.

Prunele bine coapte, din care se scot sîmburii, se opăresc cu 4 l de apă fiartă și se lasă pe foc moale să fiarbă 10—20 min, după care, se pun la rece pînă a doua zi. Apoi se presează, se scurge zeama, iar în restul care a rămas se adaugă 10—20 sîmburi curățați și pisați și se opărește cu 2 l de apă clocotită. După răcire se scurge toată zeama prin presare și împreună cu restul de zeamă se toarnă în damigeană. Se adaugă zahărul (dizolvat în 2 l de apă), coaja de la lămîie rasă și zeama acestora, eventual cîteva cuișoare și scorțișoară. Se astupă damigeana cu un dop prevăzut cu furtun de fermentare (v. rețeta 1664). După fermentare se pritocește și se menține damigeana plină. După limpezire se trage la sticle.

17.3 SIROPURI

1675. **Sirop de portocale**

1,5 kg zahăr, 1 l de apă, 2-3 portocale, 1 g sare de lămîie.

Se rade coaja de la portocale (numai partea galbenă de la suprafață), se pune într-un castron, se adaugă o parte de zahăr (500 g) și se freacă bine. Separat, într-o cratiță, se fierbe restul de zahăr cu 1 l de apă timp de 15—20 min, după care se adaugă sare sau zeamă de lămîie, zeama de portocale, zahărul frecat cu coaja de portocale și se dă într-un clocot. Apoi se ia de pe foc și se strecoară prin tifon pus dublu în strecu-

rătoare. Se pune la sticle și se ține la rece. Se bea cu apă minerală sau cu sifon.

1676. **Sirop de zmeură**

1 l suc de zmeură, 1,250 kg zahăr, 1 g sare de lămîie.

Zmeura curățată se pune într-un borcan și se zdrobește amestecînd ușor cu o lingură de lemn. Borcanul cu zmeură se leagă la gură cu un tifon și se ține 2—3 zile, amestecîndu-se o dată pe zi, ca să nu prindă mucegai. Apoi sucul se strecoară printr-un tifon pus dublu sau triplu, udat în prealabil cu apă și stors. Sucul obținut se lasă acoperit pînă a doua zi să se limpezească, apoi se scurge cu grijă în alt vas, cu atenție ca să nu se răscolească drojdia care s-a depozitat la fund. Pentru fiecare litru de sirop se adaugă cîte 1,250 kg zahăr tos și cîte 1 g sare de lămîie, se pune totul într-o cratiță smălțuită și cu volumul dublu față de cantitatea de sirop, deoarece atunci cînd fierbe face multă spumă. După ce s-a introdus zahărul, se amestecă pînă cînd se dizolvă complet, apoi se lasă să fiarbă la foc mic, amestecîndu-se continuu la suprafața siropului ca să dispară spuma. Se fierbe cam 30 min, după care se toarnă siropul fierbinte (clocotit) în sticle sterilizate și bine încălzite. Se astupă sticlele cu dopuri noi opărite în apă clocotită, se înfășoară în pături și se țin pînă a doua zi, după care se păstrează în cămară.

1677. **Sirop de vișine**

Cantitățile și procedeul de preparare sînt aceleași ca la siropul din zmeură (v. rețeta 1676).

Vișinele alese se spală, se pun într-o cratiță și se adaugă cîte 100 ml apă la fiecare kilogram de vișine. Se fierb 5—6 min, după care se scurg bine prin presare, lăsîndu-se sucul 2—3 ore ca să se așeze drojdia. În continuare se procedează la fel ca în rețeta precedentă.

1678. **Sirop din muguri de brad**

Mugurii de brad se culeg primăvara. Se spală, se pun într-o cratiță, se adaugă apă cît să-i cuprindă și se fierb 30—40 min, apoi se ia cratița de pe foc și se lasă acoperită pînă a doua zi. Sucul obținut se strecoară printr-un tifon pus în două, după care la fiecare litru de suc se pune 1 kg de zahăr și cîte o lingură de zeamă de lămîie sau 1 g de sare de lămîie și se fierbe ca și siropul de zmeură (v. rețeta 1676). Este indicat contra tusei, bronșitei, sau se bea ca orice sirop, cu apă minerală sau sifon.

18. *COMPOTURI ŞI SPUME DE FRUCTE*

18.1. COMPOTURI PENTRU CONSUM IMEDIAT

Compoturile care se consumă în aceeaşi zi se prepară din orice fel de fructe proaspete sau uscate. Cantitatea de zahăr întrebuinţată variază atît în funcţie de conţinutul fructelor în zahăr, cît şi de gustul nostru. Cantitatea potrivită este de 200 g de zahăr la 1 kg fructe şi 1,250 l apă; dacă fructele sînt mai acre, cantitatea de zahăr se măreşte.

Compotul se prepară astfel: se dizolvă zahărul în apă, se dă în cîteva clocote, după care se adaugă fructele curăţate şi spălate în apă rece. După plac, se adaugă vanilie, coajă de lămîie sau de portocale, iar la compoturi din mere, pere sau prune se mai poate adăuga şi scorţişoară. Durata fierberii este în funcţie de frăgezimea fructelor. Nu este bine să se fiarbă prea mult, ca să nu se zdrobească fructele şi să nu se distrugă vitaminele.

Compotul poate fi pregătit dintr-un singur fel de fructe sau din fructe combinate, acestea din urmă punîndu-se la fiert în ordinea frăgezimii lor.

1679. **Compot de mere sau de pere**

Merele se curăţă de coajă, se taie în bucăţi potrivite şi imediat se pun într-un castron cu apă rece în care s-au pus cîteva picături de zeamă sau de sare de lămîie pentru ca fructele să nu se înnegrească pînă se vor pune la fiert. Se fierb în apă clocotită în care s-au pus doza de zahăr şi aromele respective (vanilie, coajă de lămîie sau de portocală, scorţişoară).

1680. **Compot de caise sau de prune**

1 kg de caise sau de prune, 200-300 g zahăr, 1 g scorţişoară.

Caisele sau prunele se spală, apoi fiecare fruct se crestează în lung şi se scot sîmburii. Între timp, se pun apa cu zahărul la fiert şi se adaugă pentru aromă o bucată de coajă de lămîie, scorţişoară şi vanilie. După ce zahărul s-a dizolvat şi a dat în clocot, se adaugă fructele şi se lasă să fiarbă lent cam 10 min; caisele dacă sînt bine coapte sînt gata fierte în 5 min. (Vanilia dacă este baton se poate pune la fiert împreună cu fructele, iar praful de vanilie se pune după ce compotul s-a luat de pe foc.)

1681. **Compot de piersici**

Se pune pe foc un vas cu apă şi cînd dă în clocot se introduc pe rînd piersicile pentru 2—3 min, după care se scot şi se jupoaie de pieliţă fie-

care fruct, scoțîndu-se și sîmburii. Apoi se pun la fiert într-un sirop de zahăr, adăugîndu-se la fiecare kilogram de piersici 1,250 l de apă și 200—300 g zahăr și se dă într-un clocot, după care se ia de pe foc și se adaugă vanilie.

1682. **Compot de cireșe**

Se spală cireșele, se înlătură codițele și se pun la fiert într-un sirop la care pentru fiecare kilogram de cireșe s-au pus la fiert 1,250 l de apă, 200—300 g zahăr și arome după preferință. Se lasă să fiarbă 20 min în acest sirop. Compotul va fi mai gustos dacă se combină cireșe cu vișine.

1683. **Compot de revent (rubarbă)**

Reventul (rubarba) este o plantă cu frunze mari și pețiolul (codița care susține frunza) gros și lung de 50—60 cm, de culoare roșie închisă și verde în apropierea frunzei. Se cultivă în grădini, frunzele tinere putîndu-se folosi la sarmale, iar cozile pentru compot.

Pentru prepararea compotului, cozile de revent se taie în bucăți de 2—3 cm și se pun la fiert cu apă, adăugîndu-se zahăr după gust. Compotul are un gust ușor acrișor, asemănător cu zeama de lămîie.

18.2. COMPOTURI PENTRU IARNĂ

1684. **Compot de caise, rețetă de bază**

1 kg de caise, 250 g zahăr, 1 pastilă de aspirină.

Se aleg caise tari, se spală și, întregi sau jumătăți, se așază în borcane. Între timp, zahărul se dizolvă în apă călduță și se toarnă peste fructe pînă la 2—3 cm sub buza borcanului. Se adaugă pastila de aspirină pisată, se acoperă cu celofan ud pus în două, se leagă foarte bine cu sfoară udă și se așază într-un vas suficient de înalt. Pe fundul vasului se așază prosoape vechi sau ziare îndoite în 4, se înfășoară și borcanele în cîrpe sau ziare, se umple vasul cu apă călduță pînă ajunge la sfoara cu care sînt legate borcanele și se lasă să fiarbă lent în clocote mici. Vasul cu borcane se acoperă și el cu ziare (nu cu capac) ca să se mențină aceeași temperatură și deasupra lui, permițînd totuși vaporilor să iasă. Cînd apa din vas începe să clocotească, focul se reduce pînă cînd clocotele devin abia perceptibile, lăsîndu-se să fiarbă astfel timp de 30 min. Apoi se ia vasul de pe foc, se acoperă cu pături groase și se lasă astfel pînă a doua zi.

De reținut: zahărul pentru compot se adaugă după gust, între 150—250 g la kilogramul de fructe. Pentru fructele fără aciditate sau și pentru celelalte, se poate adăuga în sirop o lingură de zeamă de lămîie sau 1 g sare de lămîie dizolvată și arome după gust (scorțișoară și vanilie).

Pentru compoturi de iarnă se recomandă borcane prevăzute cu capace de metal care se închid cu ajutorul unui dispozitiv special.

1685. **Compoturi din diferite fructe pentru iarnă**

Compoturile din cireșe, vișine, pere sau prune se prepară la fel ca în rețeta precedentă.

Fructele se pot pregăti fie întregi fie jumătăți.

18.3 SPUME DE FRUCTE

1686. **Spumă de fragi sau de căpșune**

600 g fragi sau căpșune, 300 g zahăr tos, 2-3 albușuri, 1 lingură de zeamă de lămîie.

Se spală fragii sau căpșunele, se scot codițele și se dau fructele prin sită sau prin mașina de stors fructe. Sucul obținut se adaugă în vasul cu albușurile bătute bine cu zahărul tos și la care s-a adăugat zeama de lămîie. Albușurile trebuie bătute pînă ce spuma este suficient de tare, după care se amestecă cu sucul de fructe (pulpa de fructe). Se servește la cupe, decorîndu-se pe deasupra cu cîte o căpșună sau fragă.

1687. **Spumă de căpșune cu frișcă**

500 g căpșune (sau zmeură), 200 g zahăr tos, 400 g frișcă.

Fructele se prepară ca în rețeta precedentă, iar frișca trebuie ținută în frigider sau la gheață 2—3 ore, după care se bate pînă se spumează. Se adaugă zahărul, fructele date prin sită și se amestecă ușor. Pînă la servire se ține la rece.

Se serveste la cupe, decorîndu-se cu cîte o căpșună deasupra.

19. *FRUCTE CONFIATE ŞI GLASATE, MARMELADE, GEMURI ŞI DULCEŢURI*

19.1. FRUCTE CONFIATE ŞI GLASATE

1688. **Coji de portocale confiate**

1 kg coji de portocale, 1,4 kg zahăr.

Pentru confiere, cojile de portocale se scot tăiate în 4—6 felii întregi şi egale. Se ţin 3 zile în apă rece, schimbîndu-se apa de 2—3 ori pe zi, după care se scurg de apă şi se pun la fiert circa 2 ore, pînă se înmoaie. Se scurg, se toarnă peste ele apă rece, lăsîndu-le să stea 2 ore. Se pun după aceea cîte 3—4 coji una peste alta şi se storc bine cu ambele mîini. Se aşază circular într-o cratiţă, se toarnă peste ele un sirop subţire (1 kg zahăr şi 1,5 l apă), se lasă să dea în 2—3 clocote, după care se iau de pe foc şi se lasă astfel pînă a doua zi. Se scurge siropul într-un alt vas şi se lasă să dea în clocot, adăugîndu-se 200 g zahăr. Se toarnă siropul peste cojile de portocale şi se lasă să dea în clocot. Se repetă această operaţie de 4 ori. A patra zi se adaugă restul de zahăr şi se lasă să fiarbă 30 min, pînă ce siropul se leagă ca o dulceaţă. (La ultima fierbere se poate adăuga 1 lingură de zeamă de lămîie.) Se pune în borcane pînă nu se întăreşte, se acoperă cu celofan şi se leagă.

1689. **Pere verzi confiate**

1 kg pere, 1,4 kg zahăr.

Se aleg pere verzi şi tari (ca să nu se sfărîme la fiert), se curăţă de coajă, se taie în două, se scot căsuţele cu sîmburi, după care se fierb în apă pînă se înmoaie puţin. Se scurg apoi de apă şi se toarnă peste ele apă rece, lăsîndu-le astfel 1—2 ore. Se scot apoi din apă şi se pun într-o cratiţă, procedîndu-se în continuare la fel ca în reţeta precedentă.

1690. **Pere confiate roşii**

1 kg pere, 1,4 kg zahăr, colorant roşu.

Se prepară la fel ca în reţeta precedentă, cu deosebirea că la primul sirop se adaugă cîteva picături de colorant alimentar roşu.

1691. **Caise confiate**

1 kg caise, 1,4 kg zahăr.

Se aleg caise mai mici și nu prea coapte, se spală, se curăță de coajă, se pun într-un vas cu apă de var strecurată și se țin 2—3 ore. Apoi se spală bine în apă rece și se așază într-o cratiță, procedîndu-se în continuare la fel ca în rețeta 1688.

1692. **Fructe glasate pentru decorarea torturilor**

1 kg fructe, 1/2 kg zahăr, 200 ml apă.

Se pune zahărul cu apă la fiert pînă se leagă ca pentru dulceață, apoi se adaugă fructele tăiate în sferturi sau în felii potrivite și se lasă pe foc să fiarbă pînă cînd fructele capătă aspectul că s-au glasat (devin sticloase). După aceea se ia vasul de pe foc, iar fructele se scot ușor, se așază pe un platou și se lasă să se răcească. Se folosesc ca garnitură la budinci de orez sau ca decor pentru torturi.

1693. **Nuci glasate**

100-300 g miez de nucă, 150-300 g zahăr.

Se pune miezul de nucă la cuptor să se prăjească puțin, după care se freacă ușor pînă se desprinde pieliță. Între timp, se pune zahărul într-o cratiță pe plită și cînd s-a caramelizat puțin se pune miezul de nucă și se amestecă pînă se acoperă complet cu zahărul caramelizat. Se răstoarnă pe o planșetă unsă cu unt sau cu ulei și se amestecă ușor pînă se desfac bucățele de miez unele de altele. Se servesc ca fursecuri.

19.2. MARMELADE ȘI GEMURI

Marmelada se poate prepara din mai multe fructe combinate sau dintr-un singur fel de fructe (mere, pere, prune, caise, vișine etc.). Se adaugă la 1 kg de fructe curățate 300—400 g zahăr, care leagă sucul fructelor. Marmelada, după răcire, rămîne ca o pastă deasupra căreia se formează o peliculă mai tare.

1694. **Marmeladă de mere, de pere sau de prune**

La 1 kg de fructe (după ce au fost curățate) se adaugă 200-400 g zahăr.

Fructele trebuie să fie bine coapte. Părțile lovite sau alterate ale acestora se înlătură. Merele, gutuile sau perele se curăță de coajă și de sîmburi, iar la prune se scot numai sîmburii. Se dau fructele prin mașina de tocat, se pun la fiert într-o cratiță sau într-un cazan de aramă cositorit care are un volum de 2 ori mai mare față de cel al fructelor. Vasul cu fructe nu se pune la fiert direct pe plită sau pe ochiul unde bate flacăra. Pe ochiul aragazului se pune un disc de tablă groasă și peste el una sau două cărămizi atît cît să stea cratița cu marmeladă bine. După ce marmelada a dat în fiert se micșorează focul și în tot timpul fierberii se amesteca continuu cu o lopățică de lemn, cu coadă lungă. După ce marmelada începe să se îngroașe și din ea sar stropi mari. atunci se adaugă zahărul amestecîndu-se insistent pe fundul cratiței, fiindcă după ce s-a adăugat

zahărul, dacă o clipă nu se amestecă, marmelada poate să se prindă, arzîndu-se la fund. După ce zahărul s-a topit, se mai ţine marmelada pe foc pînă cînd la încercare se constată că este gata. Pentru aceasta se ia o linguriţă de marmeladă şi se pune pe o farfurioară rece, lăsîndu-se să se răcească puţin; dacă marmelada se încheagă fără să lase zeamă subţire în jur şi are un aspect lucios, înseamnă că se poate lua de pe foc. Marmelada se pune fierbinte în borcane încălzite bine din timp, apoi se aşază într-o tavă de tablă şi se introduce în cuptorul potrivit de încălzit şi se ţine cîteva ore pînă prinde o peliculă mai tare deasupra. Se lasă apoi să se răcească, după care se acoperă borcanele cu celofan ud şi se leagă cu sfoară udă.

1695. **Marmeladă de caise**

Cantităţile şi procedeul de preparare sînt aceleaşi ca în reţeta precedentă. Trebuie menţionat însă că se folosesc caise bine coapte. Dacă fructele se curăţă de coajă, se obţine o marmeladă fină şi de culoare galbenă, frumoasă.

1696. **Gem de caise sau de prune**

Gemurile se prepară din fructe bine coapte. Fructele se curăţă de coajă şi de sîmburi, se taie în bucăţi şi se presară cu o parte din zahărul prevăzut (300—400 g la 1 kg fructe curăţate). Se amestecă cu o lingură de lemn prin răsturnare, de cîteva ori şi se lasă 2—3 ore să iasă zeama din fructe. Apoi fructele, aşezate într-o cratiţă smălţuită (fără plesnituri de email) sau într-un vas din aramă cositorită se pun la fiert pe plită sau pe ochiul de aragaz, pe care s-a pus mai întîi un disc de tablă şi peste el cărămidă sau teracotă, pentru a proteja gemul să nu se ardă la fundul cratiţei. Se fierbe amestecînd din cînd în cînd pînă se îngroaşă; atunci se adaugă restul de zahăr şi se amestecă continuu pînă ce acesta se topeşte şi după aceea se mai fierbe pînă cînd la încercare se constată că este gata (v. reţeta 1694. *Marmeladă de mere, de pere sau de prune.)*

19.3. DULCEŢURI

Pentru dulceţuri, fructele trebuie să fie cît mai proaspete şi bine coapte, iar zahărul foarte curat şi de preferinţă bucăţi. Dulceaţa se prepară în cantităţi mici în două variante:

1) Fructele mai zemoase se pot prepara printr-un procedeu mai uşor şi rapid. După ce sînt spălate şi alese bob cu bob ele se aşază într-o cratiţă încăpătoare, cu volumul de două ori mai mare decît al fructelor şi zahărului, în straturi alternative, socotind la 1 kg de fructe 1 kg de zahăr, după care vasul se acoperă cu un prosop umezit şi se ţine pînă a doua zi, sau se pun la fiert după 2—3 ore, după ce fructele şi-au lăsat zeama. De la început se pune dulceaţa la fiert pe foc domol şi se adaugă 1—2 linguri de zeamă de lămîie sau 1 g de sare de lămîie dizolvată în puţină apă; aceasta ajută să nu se zahărisească dulceaţa.

2) Fructele care nu lasă zeamă suficientă sau se terciuiesc la fiert, cum sînt: caisele, piersicile, prunele, căpşunele etc., se curăţă de pieliţă, se lasă întregi şi se ţin într-o soluţie de apă de var (200—300 g var stins se amestecă cu 2—3 l de apă rece şi se lasă pentru cîteva ore să se limpezească, după aceea se scurge numai lichidul limpede în care se introduc

fructele) timp de 20—30 min. Apoi se pun într-o strecurătoare şi se limpezesc cu multă apă rece, după care se scot sîmburii. Prin acest tratament fructele vor păstra forma lor naturală nedeformîndu-se la fiert. Astfel pregătite, fructele se pun la fiert în siropul bine legat. Siropul se prepară socotind la fiecare kilogram de fructe curăţate 1 kg de zahăr şi 0,5 l de apă.

De la început se lasă dulceaţa să fiarbă la foc domol, apoi se adaugă zeama de lămîie sau sare de lămîie dizolvată în puţină apă. În timpul fierberii dulceaţa face multă spumă care nu se ridică, căci nu este altceva decît sirop cu bule de aer care vor dispărea la urmă.

Trebuie avut grijă în timpul fierberii să se încerce dulceaţa ca să nu se lege prea tare, ceea ce ar determina caramelizarea şi zaharisirea ei cu timpul.

Dulceaţa, cînd este aproape legată, formează băşici dese; atunci se trage cratiţa pe marginea maşinii de gătit, pentru a încerca dacă siropul s-a legat; se înmoaie lingura în dulceaţă, se ridică în sus, se lasă să se prelingă pe vîrful lingurii tot siropul şi cînd mai rămîn 2—3 picături se pică într-o farfurioară. Dacă picătura rămîne ca un bob, fără să se lăţească, dulceaţa este gata.

Dulceaţa se lasă să se răcească acoperită cu un prosop umezit şi bine scurs, după care se pune în borcane bine uscate. Se acoperă cu celofan, se leagă cu sfoară şi se păstrează la loc răcoros şi uscat.

1697. **Dulceaţă de caise**

1,250 kg caise, 1 kg zahăr, 1-2 linguri zeamă de lămîie.

Se aleg caise coapte şi tari. Se curăţă de coajă fără să se scoată sîmburii, se ţin în apă de var, după care se procedează aşa cum s-a arătat în reţeta anterioară.

1698. **Dulceaţă de caise coapte, umplute cu sîmburi**

30-40 caise în funcţie de mărime, 1 kg zahăr, 3 linguri zeamă de lămîie, 3 pahare de apă, sîmburi de caise curăţaţi, apă de var. (Reţetă de la prof. E. Ciortan.)

Caisele coapte, tari şi nepătate, se spală, se curăţă de coajă cu un cuţitaş bine ascuţit (caisa se ţine în mînă uşor, ca să nu se înmoaie), după care se ţin circa 2 ore în apă de var, apoi se limpezesc în apă rece, se scot sîmburii şi se lasă să se zvînte.

Sîmburii se sparg, se opăreşte miezul, se curăţă de pieliţă, se zvîntă bine într-o cîrpă şi se pune cîte un sîmbure curăţat în mijlocul fiecărei caise.

La primele clocote, în sirop se pune o lingură de zeamă de lămîie şi după ce s-a legat bine, se trage vasul pe marginea maşinii de gătit, se lasă să se liniştească clocotele şi se adaugă caisele. Se mai lasă pe marginea maşinii de gătit 10—15 min, după care se pune din nou la fiert. În timpul cît fierbe se mişcă uşor cratiţa, ca să nu se lipească caisele de fund. După ce dulceaţa s-a legat pe jumătate, se adaugă şi restul de zeamă de lămîie. Se încearcă dulceaţa şi dacă siropul stă bob, atunci ea este legată (v. cap. 19.3. Dulceţuri).

Alt procedeu. După ce caisele au stat în apa de var şi au fost clătite cu apă rece, se aşază în cratiţă un strat de zahăr pisat şi un strat de caise. Se lasă cratiţa acoperită pe baie de abur, pînă ce se dizolvă zahărul, apoi

se pune la fiert pe mașina de gătit. La primele clocote se adaugă o lingura de zeamă de lămîie și cînd dulceața este pe jumătate gata se adaugă restul de zeamă de lămîie. Se încearcă la fel ca celelalte dulcețuri. Aceasta dulceață are culoarea ceva mai închisă. La fel se prepară și dulceața de piersici.

Sîmburele se scoate din caisă folosind un bețișor rotund și lung de circa 15 cm. Se ține caisa în mîna stîngă și se împinge ușor cu bețișorul dinspre partea unde a fost prinsă codița, astfel ca să nu se desfacă fructul în două jumătăți.

1699. **Dulceață de gutui rase sau tăiate tăiței**

1 kg gutui altoite, 1 kg zahăr, 3 linguri de zeamă de lămîie, 3 pahare de apă (1/2 l) și eventual 1/2 baton de vanilie.

Se aleg gutui mari, se curăță de coajă și se rad pe răzătoarea cu orificii mari. Se pot tăia și cu cuțitul ca tăiței, caz în care este bine să lucreze două persoane, întrucît gutuile se înroșesc dacă stau mai mult timp tăiate.

Se pune siropul la fiert și la primele clocote se adaugă o lingură de zeamă de lămîie. După ce siropul s-a legat, se trage pe marginea mașinii de gătit și se adaugă gutuile. Se pune apoi din nou la fiert și cînd începe să clocotească, se adaugă și restul de zeamă de lămîie, iar atunci cînd este gata se pune vanilia. Se încearcă dulceața, și dacă siropul stă bob, atunci ea este suficient de legată (v. cap. 19.3, Dulcețuri). Se curăță de spumă și se răstoarnă în alt vas. După ce se răcește se pune în borcane.

1700. **Dulceață de gutui (alt procedeu)**

1 kg de gutui, 1 kg zahăr, 2 linguri de zeamă de lămîie, 1/2 l apă.

Gutuile se curăță de coajă, se rad pe răzătoarea cu orificii mari, se pun într-un tifon și se introduc într-un vas cu 1/2 apă clocotită, în care se țin 2—3 min, după care se scurg. Apa de la opărirea gutuilor se folosește pentru prepararea siropului în care se pun gutuile. În continuare se procedează la fel ca și în rețeta precedentă.

1701. **Dulceață de prune brumării cu miez de nucă**

1,250 kg prune mari și bine coapte, 1 kg zahăr, 2-3 linguri de zeama de lămîie, 20 nuci întregi, 1/2 l apă, 1 l apă de var, scorțișoară, vanilie.

Prunele bine coapte se curăță de coajă și se țin în apă de var 20—30 min. Apoi se scot într-o strecurătoare, se clătesc la un jet de apă și li se scot sîmburii (se ține pruna în mîna stîngă și se împinge ușor cu bețișorul dinspre partea unde a fost prinsă codița, astfel ca să nu se desfacă fructul în două). În fiecare prună se introduce cîte 1/4 din sîmburele de nucă, pregătit din timp (miezul de nucă se usucă bine la cuptor, după aceea se curăță de pieliță, ca să rămînă alb). Prunele astfel pregătite se introduc în siropul bine legat și la început se lasă la foc domol. Apoi se adaugă zeama de lămîie, 2—3 bucăți de scorțișoară, vanilia și se lasă sa fiarbă pînă cînd se leagă din nou siropul și prunele plutesc în el pînă la fundul cratiței. Imediat se face proba, dacă dulceața este legată (v. cap. 19.3, Dulcețuri). După răcire se pune în borcane.

1702. **Dulceaţă de caise verzi**

1 kg caise verzi, 1 kg zahăr, 1 lămîie, 1/2 l apă.

Se aleg caise verzi proaspete, fără pete şi care să nu aibă sîmburele întărit. Se înţeapă cu un ac gros de 5—6 ori, prin mijlocul sîmburelui şi se trec imediat în apă rece, care se schimbă de 2—3 ori. Se pun apoi într-un tifon subţire şi se opăresc, scufundîndu-se de 2—3 ori în apă clocotită. Se limpezesc imediat în multă apă rece, ca să-şi păstreze culoarea verde. Caisele nu trebuie să se ţină mai mult la opărit deoarece se înmoaie şi prin atingere una de alta se rupe pieliţa de deasupra.

Se pune zahărul la fiert cu 1/2 l apă pe foc domol şi după ce s-a topit bine se lasă să fiarbă pînă se leagă. Se trage cratiţa cu siropul pe colţul maşinii de gătit sau se ia la o parte şi după ce încetează clocotele se pun şi caisele care se lasă în sirop timp de 20 min, ca să-şi lase toată apa din ele. Se pune apoi cratiţa din nou pe foc iute; dacă se fierb la foc domol, se îngalbenesc fructele.

După ce a început să fiarbă, se mai adaugă zeama de la o lămîie (2 linguri) şi se lasă să fiarbă pînă ce se leagă siropul din nou. Între timp, trebuie supravegheată legarea dulceţii aşa cum s-a arătat la începutul capitolului. Dulceaţa prea legată se zaharisește. După ce s-a luat de pe foc, dulceaţa se lasă să se răcorească şi se ia spuma cu o lingură. Apoi se acoperă cu un şervet udat în apă rece şi bine stors şi, după ce s-a răcit, se pune dulceaţa în borcane, se acoperă cu celofan şi se leagă cu sfoară, păstrîndu-se în cămară.

1703. **Dulceaţă de prune verzi**

Se prepară la fel ca *dulceaţa de caise verzi* (v. reţeta 1702).

1704. **Dulceaţă de coacăze roşii**

1 kg coacăze (alese bob cu bob), 1 kg zahăr, 1 lămîie.

Zahărul se dizolvă în 1/2 l apă şi se fierbe pînă ce se leagă siropul la fel ca pentru dulceaţă. Se adaugă coacăzele spălate de praf şi bine scurse (ţinute în strecurătoare 20—30 min) şi zeama de la o lămîie. În continuare se prepară la fel ca orice fel de dulceaţă.

1705. **Dulceaţă din coji de portocale**

0,600-1 kg coji de portocale, 1,5 kg zahăr, 300 g glucoză sau 1 lămîie sau 1 g sare de lămîie.

Cojile de portocale, desfăcute cu atenţie şi uniform, se ţin 48 de ore în apă rece, schimbînd apa în fiecare zi ca să iasă amăreala. A treia zi se pun la fiert cu apă pînă se pătrund bine, după care se înlătură apa în care au fiert şi se pun într-un vas cu apă rece care se schimbă de mai multe ori, pentru a se îndepărta restul de amăreală. Se scurg apoi bine de apă şi se aşază într-o cratiţă emailată.

Separat, din 0,5 kg zahăr şi 1,5 l apă se pregăteşte un sirop de concentraţie slabă, care se toarnă peste cojile de portocale, acoperindu-le. Operaţia de confiere se repetă de 4—5 ori.

Cojile de portocale se scot din sirop pe o sită, iar siropul, la care se adaugă încă 300 g din zahărul prevăzut, se pune la fiert şi după ce începe să fiarbă se introduc cojile, se lasă să fiarbă 10—12 min, după care se ia de pe foc.

Confierea durează 4 zile, timp în care se repetă fierberea siropului cu adaos de zahăr — cîte 300 g, pînă se adaugă tot zahărul prevăzut.

În cea de a cincea zi se face ultima fierbere la care se adaugă și zeama de lămîie și se fierbe, împreună cu cojile, pînă se face siropul legat ca pentru dulceață.

Se folosește ca garnitură la preparate de checuri și pentru ornat torturi sau se servește ca dulceață. Se păstrează în borcane acoperite cu celofan udat cu apă și apoi legate ermetic cu sfoară udă. Se ține în camere reci și uscate.

1706. **Dulceață de portocale**

1 kg portocale, 1 kg zahăr, 2-3 linguri zeamă de lămîie, 1/2 l apă.

Se aleg portocale de mărime mijlocie, cu coaja groasă, se pun întregi în apă clocotită, acoperite, și se lasă să fiarbă pînă cînd încercîndu-le cu unghia, aceasta pătrunde ușor în coajă. Se scot de la fiert într-un vas cu apă rece care se schimbă mereu pînă se răcesc. Apoi se scot pe un fund curat și se taie în cubulețe, care se introduc în siropul de zahăr legat, preparat în prealabil. Se pune la foc și cînd începe să dea în fiert se adaugă zeama de lămîie, lăsîndu-se să fiarbă în continuare pînă ce se leagă siropul din nou. Se continuă apoi la fel cum s-a arătat la începutul capitolului.

1707. **Dulceață de coji de pepeni verzi**

1 kg coji de pepeni curățate și fierte, 1 kg zahăr, 1/2 l apă, zeamă de la o lămîie, vanilie, 1/4 l oțet.

Pentru dulceață, se folosesc împreună cu o porțiune foarte subțire din miezul roșu (numai de 2—3 mm) pepeni cu coaja groasă. Coaja verde exterioară se curăță, iar partea albă se taie în cubulețe cu latura de circa 2 cm care se pun la fiert în 2 l apă cu 250 ml (1/4 l) oțet. Se lasă să fiarbă în clocote cam 1 oră sau pînă cînd cubulețele de coajă de pepene se înmoaie și capătă un aspect sticlos, transparent. Apoi se răcesc, se limpezesc bine sub un jet de apă, se scurg cîte puțin strîngîndu-se în mîini și se cîntăresc ca să nu depășească greutatea necesară.

Se dizolvă zahărul în 1/2 l apă și, cînd siropul începe să dea în clocot, se introduc cojile (cubulețele), iar după 5—10 min de fierbere se adaugă zeama de lămîie, vanilia și se mai fierbe pînă cînd se leagă potrivit. Cubulețele de coji din dulceață se folosesc pentru ornat torturi și pentru checuri. Pentru a da culoare se poate adăuga în sirop și puțin colorant alimentar.

1708. **Dulceață de nuci verzi**

100-120 nuci verzi, 1 kg zahăr, 100 g miere de albine, 1 lămîie, 2-3 cuișoare, 1-2 bucățele de scorțișoară.

Se folosesc nucile verzi înainte de a se întări coaja și miezul. Acestea se curăță de coaja verde pînă la coaja propriu-zisă încă moale și pe măsură ce se curăță se pun în apă rece ca să nu se înnegrească. Se țin în apă o zi, acoperite cu o farfurie întoarsă. În acest interval de timp se schimbă apa de 2—3 ori, apoi se scurg nucile de apă, se limpezesc și se introduc în siropul pregătit din 1 kg zahăr, 1/2 l apă, 100 g miere, zeama de lămîie și condimente. Se fierb împreună pînă ce se constată prin încer-

cări că siropul s-a legat, după care se ia cratița de pe foc, ca să nu se caramelizeze zahărul.

În continuare, se adună și se îndepărtează spuma și după ce dulceața s-a răcit se pune în borcane, se acoperă cu celofan ud și se leagă ermetic cu sfoară udă. Se păstrează la loc rece și uscat.

1709. **Dulceață de vișine**

1,5 kg vișine, 1,250 kg zahăr, 2-3 linguri de zeamă de lămîie, sau 100 g glucoză, vanilie.

Se spală vișinele, se curăță de codițe și li se scot sîmburii. Se așază apoi într-o cratiță, alternativ, un strat de vișine și un strat de zahăr, ultimul strat fiind de zahăr, se acoperă cu un prosop umezit și bine scurs, lăsîndu-se așa pînă a doua zi. Se pot pune la fiert și după cîteva ore, dacă vișinele au lăsat destulă zeamă. Se adaugă zeamă de lămîie sau glucoză (nu se mai adaugă apă), apoi cratița cu vișine se pune pe foc domol și nu direct pe flacără. După ce s-a fiert 20—30 min și se observă că vișinele plutesc în tot siropul pînă la fund, se ia dulceața de pe foc, se rotește cratița mișcîndu-se ușor înainte și înapoi de cîteva ori ca să se adune spuma la un loc, după care aceasta se ia cu lingura și se îndepărtează. După ce dulceața s-a răcit se pune în borcane.

1710. **Dulceață de zmeură**

1 kg zmeură, 1 kg zahăr, 1 lămîie, 1 lingură de rom.

Zmeura trebuie să fie foarte proaspătă și întreagă. Se curăță, se pune cîte puțin în strecurătoare ca să nu se zdrobească și se spală de praf și de nisip, sub jet de apă. După ce s-a scurs, se pun într-o cratiță de 3—4 l alternativ, straturi de zmeură și de zahăr, se adaugă zeama de lămîie sau glucoză, se lasă să stea 2—3 ore, după care se stropește cu rom și se fierbe la fel ca și dulceața de vișine.

1711. **Dulceață de fragi**

Se prepară la fel ca *dulceața de zmeură* (v. rețeta 1710).

1712. **Dulceață de căpșune**

1 kg căpșune, 1 kg zahăr, 1 lămîie, 1 linguriță de rom.

Se aleg căpșune rotunde, mai mici și la fel de moi. Li se scot codițele, se spală sub duș de apă la robinet, se scurg bine de apă, după care se așază într-o cratiță de 2—4 l, alternativ, straturi de căpșune și zahăr. Se pun la fiert pe foc potrivit, se stropesc cu rom și cu zeamă de lămîie, urmărindu-se legarea siropului. Cînd dulceața este gata se ia de pe foc, se îndepărtează spuma și după ce s-a răcit se pune în borcane care se acoperă cu celofan ud, se leagă cu sfoară și se păstrează în cămară.

1713. **Dulceață de mure**

Se prepară la fel ca *dulceața de căpșune* (v. rețeta 1712).

1714. **Dulceață de trandafiri**

150-200 g petale de trandafiri, 1 kg zahăr, 1/2 linguriță sare de lămîie, 2-3 linguri zeamă de lămîie, 1/2 l de apă.

Petalele de trandafiri se aleg, li se taie partea albă, se pun într-o cratiță smălțuită și se presară cu sare de lămîie, apoi se amestecă ușor și se strîng foile în mînă, fără să se rupă, pînă cînd din ele va curge un suc roșu. Între timp, se pune zahărul cu apa să fiarbă pînă siropul se leagă, se adaugă o lingură de zeamă de lămîie, se trage cratița pe marginea mașinii de gătit, și se pun petalele de trandafiri, răsfirîndu-se cît mai bine în sirop. Se pune din nou la fiert și după ce dă în clocot se adaugă restul de zeamă de lămîie. Din acest moment trebuie supravegheată dulceața să nu se lege prea mult, făcînd din cînd în cînd încercări, așa cum s-a arătat la începutul capitolului. După ce dulceața s-a luat de pe foc se adună spuma, se lasă să se răcească acoperită și apoi se pune la borcane care se acoperă cu celofan și se leagă.

1715. **Dulceață de cireșe albe sau roșii**

Se prepară la fel ca *dulceața de cireșe amare.* (v. rețeta 1716).

1716. **Dulceață de cireșe amare**

1 kg cireșe amare, 1,250 kg zahăr, 1 lămîie, 1/2 baton de vanilie; 50 ml rom.

După ce s-au spălat cireșele, se scot sîmburii deasupra unui castron ca să nu se piardă zeama care curge în timpul scoaterii acestora. Apoi cireșele se pun intercalate cu zahărul într-o cratiță cu volumul dublu față de cel al cireșelor cu zăhar și se lasă de seară pînă a doua zi ca zahărul să extragă sucul din fructe, la care nu se mai adaugă apă. În momentul în care se pune cratița cu dulceața pe foc, fructele se stropesc cu rom, se adaugă vanilia și felii de lămîie, curățate de coaja albă (care este amară), tăiate la 5 mm grosime și fără sîmburi. În loc de lămîie se pot adăuga 100 g glucoză sau 1 g de sare de lămîie, care împiedică zaharisirea dulceții. Se lasă să fiarbă pînă se leagă siropul și încep să plutească cireșele în el, pînă la fundul cratiței. Imediat se ia dulceața de pe foc, se leagănă între mîini într-o parte și în alta ca să se adune toată spuma la un loc și se adună toată cu lingura. (Nu se ia spuma în timp ce dulceața fierbe pe foc, căci aceasta spumă nu este altceva decît sirop cu bule de aer care vor dispărea o parte cînd se va lua de pe foc). După ce s-a răcit, se pune dulceața în borcane, care se acoperă cu celofan, se leagă cu sfoară subțire și se păstrează în cămară.

1717. **Pastă de gutui**

1 kg de pulpă din gutui, fiartă și dată prin sită, se pune într-o cratiță. Se fierbe pe plită pe o cărămidă, amestecîndu-se cu o lopățică de lemn și cînd începe să se îngroașe se adaugă 400—500 g zahăr la 1 kg pastă, scorțișoară și vanilie, după gust, și se lasă să fiarbă în continuare pînă scade ca o marmeladă. La urmă se pune într-un vas de pămînt și se introduce în cuptorul potrivit de încălzit, să se întărească. Această uscare la cuptor se repetă de 2—3 ori, pînă se va întări pasta bine, apoi se taie în cubulețe cu latura de 2—3 cm care se presară cu zahăr pudră, se învelesc în hîrtie de celofan și se așază în cutii. Se păstrează la loc uscat.

20. *ÎNGHEŢATE*

Înghețata se prepară în diferite feluri: cu compoziție de lapte sau de sucuri de fructe, fiartă sau nefiartă. Fiecare rețetă de înghețată are componente aparte, care îi dau și denumirea.

După pregătire, compoziția se amestecă și după ce s-a răcit se toarnă în mașina de preparat înghețată, sau se pune în cupe de sticlă, de porțelan sau de metal inoxidabil, și se ține 3—4 ore la la frigider, în congelator.

1718. **Înghețată de vanilie**

1 l lapte, 6 ouă proaspete, 350 g zahăr, 1/2 baton de vanilie.

Se dă laptele în clocot, se adaugă zahărul, vanilia și se lasă pe foc domol pînă se dizolvă zahărul. Separat se bat într-un vas ouăle întregi, se toarnă treptat laptele fierbinte peste acestea, bătîndu-se continuu cu telul. Se mai pune puțin pe foc, fără să dea în clocot, se amestecă puțin, apoi se strecoară prin sita deasă și se pune la răcit într-un vas cu apă rece sau cu gheață. Se amestecă din cînd în cînd și după ce s-a răcit bine se toarnă în mașina de înghețată sau în cupe și se introduce în congelator.

1719. **Înghețată de cafea**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, folosindu-se aceleași componente și cantități, adăugîndu-se în plus 50—60 ml esență de cafea naturală.

1720. **Înghețată de caise**

1 l apă, 1 albuș, 1/2 kg caise bine coapte, 500 g zahăr, 1-2 linguri zeamă de lămîie, esență de migdale.

Se fierb caisele cu puțină apă și cu o lingură de zahăr. Se lasă să se răcească, apoi se trec prin sită. Se adaugă restul de apă, zahărul, zeama de lămîie, esența de migdale, albușul bătut bine, se amestecă totul bine și se toarnă în mașina de înghețată sau în cupe.

1721. **Înghețată de fragi, de căpșune sau de zmeură**

Modul de preparare, componentele și cantitățile sînt aceleași ca cele din rețeta precedentă, în loc de caise folosindu-se fragi, căpșune sau zmeură, crude (nefierte) și trecute printr-o sită deasă.

1722. **Înghețată de ciocolată**

50 g ciocolată, 1/3 l lapte fiert, 1/4 kg zahăr, 20 g cacao, 4-5 ouă, 1 plic zahăr vanilat.

Din lapte se opresc 2—3 linguri, iar restul de lapte de amestecă cu ouăle și zahărul. Se pun la fiert amestecîndu-se neîntrerupt, iar cînd compoziția este gata să dea în fiert se trage de pe foc și se pune la răcit, amestecîndu-se în continuu. În laptele oprit se dizolvă cacaua și se adaugă în compoziția obținută înainte. Se mai adaugă și 50 g ciocolată rasă. După răcire se adaugă zahărul vanilat, se amestecă și se toarnă în mașina de înghețată sau în cupe.

1723. **Înghețată de cocao**

Modul de preparare, componentele și cantitățile sînt aceleași ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că în loc de ciocolată se adaugă 50 g cacao.

1724. **Înghețată de ciocolată sau de cacao cu frișcă**

Se prepară la fel ca înghețata de ciocolată, cu deosebirea că la urmă, după ce compoziția s-a răcit complet, se adaugă 200—300 g frișcă bătută, și se toarnă în mașina de înghețată sau se pune în cupe sau în forme, după care se introduce în frigider, la congelator.

1725. **Înghețată de alune sau de migdale**

150 g alune sau 100 g migdale, 250 g zahăr, 1/2 l lapte, 100 g frișcă, 4-5 gălbenușuri, 2 ouă întregi, 2-3 linguri de zahăr ars lichid, 1 plic zahăr vanilat.

Într-un căzănel sau lighenaș smălțuit de 2—3 l se pun gălbenușurile, ouăle întregi, zahărul, laptele fiert, se amestecă toate și se pun la fiert deasupra unui vas cu apă clocotită (vasul cu apa clocotită trebuie să fie atît de mare încît lighenașul să intre în el, sprijinindu-se cu marginile de gura acestuia, ca un capac; nivelul apei din vas trebuie să fie cu 2—3 cm sub lighenaș). În felul acesta compoziția va fi gata în 8—10 min, fără riscul de a se tăia (brînzi).

Compoziția se amestecă pînă aproape să dea în fiert; altfel se taie, apoi se ia căzănelul de pe vasul cu apă clocotită și se pune în alt vas cît mai larg, cu multă apă rece și se amestecă în continuu pînă la răcire. Între timp, alunele se pun la prăjit în cuptorul cu ușa deschisă, ca să nu se rumenească prea tare și după ce s-au prăjit puțin se freacă în mîini ca să se îndepărteze coaja subțire, apoi se sfărîmă fin și se adaugă în compoziția de înghețată pregătită înainte, la care se mai adaugă: zahărul ars, frișca nebătută, zahărul vanilat și după o ușoară amestecare se toarnă în mașina de înghețată sau în cupe, după care se introduce în frigider, la congelator.

1726. **Înghețată de praline (de nuci pralinate)**

200 g miez de nucă, 200 g zahăr, 1/2 l lapte, 100 g frișcă, 4-5 ouă, 1 plic zahăr vanilat.

Se prepară ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că în compoziția de înghețată, în loc de alune, se introduc nuci (miez) pralinate. Pentru prepararea pralinelor v. rețeta 1738.

1727. **Înghețată cu sîmburi de caise sau arahide**

200 g sîmburi de caise sau arahide, 200 g zahăr, 1/2 l lapte, 2-3 linguri de smîntînă dulce, 4-5 ouă, 1 plic zahăr vanilat.

Se prepară la fel ca înghețata de alune, (v. rețeta 1725), cu deosebirea că în loc de alune se folosesc sîmburi de caise pregătite după cum urmează: sîmburii mai întîi să opărească pentru a se putea îndepărta pielița, după care se introduc în cuptorul slab încălzit ca să se usuce bine. Dupa ce s-au uscat se trec prin mașina de măcinat nuci și se introduc în compoziția de înghețată.

1728. **Înghețată de lămîie**

2 lămîi, 300 g zahăr, 300 ml apa, 1 albuș de ou.

Lămîile se spală și se rad puțin de coajă la care se adaugă zahărul și se freacă puțin. Apoi se adaugă apa, zeama de la cele două lămîi și se amestecă pînă ce se dizolvă zahărul, după care se adaugă albușul bătut și se amestecă lejer. Compoziția se toarnă în mașina de preparat înghețată sau în cupe, după care se ține la frigider, în congelator.

1729. **Înghețată de lămîie cu zeamil și gelatină**

Se prepară la fel ca înghețata precedentă, cu deosebirea că la compoziție se mai adaugă 1 linguriță de zeamil și eventual 5 g gelatină, ambele dizolvate în puțină apă călduță.

1730. **Înghețată de portocale**

400 g zahăr, 400 ml apă, 1 portocală (200 g), 3 g sare de lămîie sau zeama de la 1 lămîie, 1 albuș.

Se rade coaja galbenă a portocalei, iar miezul se taie în bucățele la care se adaugă zahărul și se amestecă. Apoi se adaugă apa, sarea de lămîie și se amestecă din nou pînă ce se dizolvă zahărul. Se strecoară prin sită deasă, se adaugă 1 albuș de ou bătut și se introduce în mașina de înghețată sau în cupe, după care se ține la frigider în congelator.

1731. **Înghețată de portocale cu coji de portocale confiate**

200 g portocale, 400 g zahăr, 300 ml apă, 100-150 g coji de portocale confiate, 5 g sare de lămîie, 1 g șofran sau colorant alimentar (oranj).

Se rade coaja galbenă a portocalelor și împreună cu miezul acestora tăiat mărunt și cu zahărul se amestecă bine, se adaugă apa, sare de lămîie, colorantul dizolvat în puțină apă călduță, se amestecă din nou și se strecoară prin sită fină.

În compoziția obținută se adaugă cojile de portocale confiate tocate foarte mărunt.

De reținut. Pentru această înghețată se pot folosi coji de portocale din dulceața de coji de portocale (v. rețeta 1705).

1732. **Înghețată de vișine cu frișcă**

400 g vișine bine coapte, 400 g zahăr, 1/2 l apă, 100 g frișcă, 15-20 g zeamil, 2-3 g sare de lămîie.

Se spală vișinele de praf și li se îndepărtează codița, după care se pisează împreună cu sîmburii care se sfărîmă. Se pun apoi într-un vas în care s-a dizolvat zahărul cu apa prevăzută, se amestecă, după care se strecoară pasînd tot lichidul, în care se adaugă sarea de lămîie, zeamilul (făina de cartofi sau de porumb), în prealabil dizolvate în apă caldă (din cantitatea de apă prevăzută în rețetă). La urmă se adaugă frișca, se amestecă și se introduce în mașina de înghețată sau se pune în cupe. Se poate prepara și fără frișcă.

1733. **Înghețată de cireșe amare cu frișcă**

Se prepară la fel ca înghețata de vișine cu frișcă (v. rețeta 1732), în loc de vișine folosindu-se cireșe amare.

1734. **Înghețată de cireșe amare simplă**

500–700 g cireșe amare, 1/2 l apă, 500 g zahăr, 1/2 baton de vanilie, 1 lămîie.

Se spală cireșele, se strivesc pisîndu-se cu sîmburi cu tot, apoi se scurg bine. Separat, într-o cratiță, se pune zahărul cu apa și vanilia la fiert, pînă se leagă. Se dă de-o parte și cînd s-a răcit se adaugă sucul de la cireșe și zeama de lămîie, se amestecă, după care se strecoară printr-o sită fină și se toarnă în mașina de preparat înghețată sau în cupe, ținîndu-se apoi la frigider, în congelator.

1735. **Casată (înghețată asortată)**

Această înghețată se prepară mai ales în laboratoare de cofetărie, deoarece se compune din 2–3 feluri de înghețată, frișcă bătută și fructe confiate asortate și macerate în rom superior. În compoziția unor casate intră și praline de nuci, alune turcești etc.

Modul de preparare: Într-o formă dreptunghiulară ca cea de chec, se mulează un rînd de înghețată de preferat de ciocolată, după care urmează înghețata de vanilie sau de fructe, peste care se așază fructe confiate, asortate și amestecate cu o parte din înghețată. Peste acestea se aranjează o înghețată albă (de lămîie) și se introduce în frigider la congelator. După înghețare, la servire se scoate din forme prin scufundarea fundului formei în apă, apoi se taie în numărul de porții necesare și se poate împacheta în staniol sau decora cu frișcă bătută, ornîndu-se pe deasupra cu bucățele de coajă de portocală confiată.

1736. **Înghețată „Coupe-Jacques"**

500 g înghețată de ciocolată, 200–300 g diferite fructe confiate, 200 g coji de portocale confiate, 100 ml rom superior sau lichior Triple-sec, 300 g frișcă bătută cu 50 g de zahăr.

Fructele confiate împreună cu cojile de portocale confiate se taie mărunt și se amestecă cu puțin sirop de la fructele confiate, se mai adaugă romul sau lichiorul și se lasă cîteva ore să se macereze. În momentul servirii se introduce înghețata în cupe cu picior peste care se pun fructele confiate împreună cu siropul format la macerare. Deasupra fiecărei cupe se decorează cu frișcă bătută garnisită cu coajă de portocală confiată tăiată în pătrățele mici.

1737. **Parfe de cacao**

200 g zahăr, 300–400 g frișcă, 2–3 linguri de lapte, 30 g cacao, 2 ouă, 1 plic de zahăr vanilat, 1 coală de pergament.

O parte din frișcă (circa 100 g) se încălzește foarte puțin, în ea se adaugă zahărul și cacaua dizolvată în lapte călduț. Se amestecă pînă se dizolvă zahărul și se răcește compoziția bine. După răcire se adaugă frișca bătută, zahărul vanilat, se amestecă lejer și cu această compoziție se umplu forme speciale pentru parfe, care se închid ermetic și se introduc în frigider, la congelator. După înghețare se spală formele cu apă rece, se scoate parfeul din ele și se taie în felii potrivite, apoi se împachetează fiecare felie în parte în hîrtie pergament și se pune din nou în frigider pînă la servire.

1738. **Parfe de ciocolată**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, dar se mai adaugă în plus 150—200 g ciocolată simplă tăiată în bucățele mici.

1739. **Praline de nuci, de arahide sau de alune**

Miezul de nucă sau de alune se ține întîi la cuptor, amestecîndu-se pînă se prăjește puțin, după care se îndepărtează pielițele. Între timp, zahărul se pune într-o tigaie la foc domol și se amestecă pînă se topește și capătă o culoare maro deschis. În acest moment se adaugă în caramel nucile sau alunele (fără cojile subțiri) și se amestecă repede pînă se glasează uniform. După aceea se ia de pe foc, se răstoarnă pe o placă de marmură sau pe un platou mai mare, uns foarte puțin cu unt sau ulei, iar după răcire se sfărîmă cu sucitorul sau se pisează în piuliță, după care se cerne.

Aceste praline se întrebuințează la diferite creme, la înghețate, la torturi, fursecuri etc.

21. *CONSERVAREA LEGUMELOR, ZARZAVATURILOR ŞI FRUCTELOR*

Conservarea legumelor şi zarzavaturilor se face în mai multe feluri:
— în stare proaspătă;
— prin murare cu saramură sau cu oţet şi sare;
— prin suprasărare;
— prin sterilizare (fierbere în baia de apă — bain-Marie);
— prin deshidratare (uscare).

21.1. CONSERVAREA LEGUMELOR ŞI ZARZAVATURILOR ÎN STARE PROASPĂTĂ

Dintre legumele care pot fi păstrate în stare proaspătă amintim cartofii, morcovii, pătrunjelul, usturoiul, ceapa, varza, sfecla, ţelina etc.

Pentru gospodinele de la sate păstrarea legumelor este ceva mai obişnuită şi uşoară, fiindcă ele dispun atît de legumele respective cît şi de spaţii pentru păstrare (pivniţă, cămară sau mici gropi săpate în ogradă).

1740. **Păstrarea cartofilor**

Cartofii, după ce sînt scoşi din pămînt, se lasă 2—3 zile să se zvînte, întorcîndu-se din cînd în cînd, iar seara se strîng şi se acoperă, ca să fie feriţi de eventuala brumă sau de vîntul aspru. După aceea se sortează şi numai cei întregi şi sănătoşi se păstrează.

Cartofii se păstrează cel mai bine în pivniţă uscată şi răcoroasă, aşezaţi pe grătare de lemn fixate pe picioare scurte din lemn sau pe cărămizi pentru a avea dedesubt un spaţiu liber de 10—15 cm, ca să nu stea direct pe ciment sau pe podea, avînd şi o bună aerisire.

Cartofii pot fi păstraţi şi în cămară sau în balcoane, puşi în lădiţe sau în cutii de carton, avînd grijă să nu îngheţe.

1741. **Păstrarea morcovului, pătrunjelului sau altor legume rădăcinoase**

Pentru păstrarea legumelor rădăcinoase se recomandă ca după cules acestea să fie lăsate să se zvînte fără să se scuture complet de pămînt, care le protejează, menţinîndu-le proaspete. Ele se păstrează în pivniţă, în cămară sau în balcon, aşezate vertical în lăzi cu nisip uşor jilav. Se aşază distanţate puţin între ele, lăsîndu-se afară numai partea dinspre frunze. Din cînd în cînd se controlează şi se îndepărtează cele care se strică.

Țelina se păstrează cel mai bine tot în nisip.

Sfecla poate fi păstrată și în saci de nailon, desfăcuți la gură pentru aerisire.

1742. **Păstrarea roșiilor I**

Se aleg roșii tari din recolte tîrzii, coapte pe jumătate, culese cu mîna în așa fel ca să rămînă codița cît mai lungă, apoi se învelesc în frunză de viță și se așază într-o lădiță, punîndu-se între ele rumeguș uscat sau nisip foarte mărunt și uscat. Lădița se ține la un loc uscat și rece.

1743. **Păstrarea roșiilor II**

Se aleg toamna roșii cît mai tîrzii care au mai multe fructe bine dezvoltate și cu începere de înroșire. Ele se scot cu rădăcină cu tot și se atîrnă într-o încăpere sau afară, într-un loc ferit de brumă. Se folosesc pe măsură ce se coc sau la nevoie.

1744. **Păstrarea ardeilor grași**

Se aleg ardei perfect sănătoși și copți pînă la înroșire și se păstrează în aceleași condiții ca și roșiile (v. rețeta precedentă).

1745. **Păstrarea verzei**

Orice soi de varză: albă, roșie, creață (chel) sau de Bruxelles poate fi păstrată în stare proaspătă timp de 3—4 luni.

Pentru ca să reziste cît mai mult,varza trebuie scoasă din pămînt cu rădăcină cu tot, toamna cît mai tîrziu, chiar după ce cade bruma.

Se recomandă ca atunci cînd începe bruma, zăpada sau gerurile ușoare, varza să se acopere cu foi de varză de la verzele recoltate folosite între timp. După ce s-a scos varza din pămînt nu se scutură de tot pămîntul și imediat rădăcinile se învelesc în hîrtie groasă (de saci de hîrtie), se leagă cîte două și se atîrnă cu rădăcinile în sus într-o pivniță uscată și răcoroasă.

1746. **Păstrarea conopidei**

Conopida se păstrează la fel ca și varza, dar nu rezistă mai mult de 1—2 luni.

Se aleg conopide bine dezvoltate, îndesate, neatinse de dăunători și se culeg cu rădăcină cu tot. Nu se rup frunzele exterioare ci cu ele se învelește conopida deasupra, după care se leagă. Se păstrează în pivnițe răcoroase, fie agățate sau așezate pe rafturi, fie cu rădăcină înfiptă în nisip ușor jilav, distanțate puțin între ele.

1747. **Păstrarea cepei**

Ceapa se recoltează după uscarea frunzelor. Cel mai bine se păstrează soiul de ceapă arpagic. După recoltare, ceapa se ține mai întîi, cîteva zile, la soare, după care se împletește în funii și se agață în cămară, pe balcon sau sub streașină. Se mai poate păstra și în pod dar întinsă pe cartoane mai groase într-un singur strat.

În cazul în care ceapa îngheață ușor, nu se umblă la ea, ci trebuie lăsată să se dezghețe lent ca după aceea să se poată consuma, întrucît ea

revine la normal, așa cum a fost înainte de înghețare. Între timp, se îndepărtează ceele care încep să se strice, iar cele încolțite se scot pentru consum.

1748. **Păstrarea usturoiului**

Usturoiul se păstrează în funii sau în săculețe de tifon agățate într-un loc răcoros (ferit de ger). Nu se ține în pod căci se usucă prea tare.

1749. **Păstrarea pătrunjelului cu verdeață**

Ca să avem frunze verzi de pătrunjel toată iarna, se scot din pămînt cîteva rădăcini de pătrunjel cu frunze. Rădăcinile de pătrunjel se așază vertical cu frunzele în sus într-o lădiță cu nisip curat și ușor jilav. Se ține cît se poate mai mult la lumina zilei sau mai bine într-un loc unde bate soarele și din cînd în cînd se stropește cu apă. Se pot folosi frunze de cîte ori este nevoie.

21.2. CONSERVAREA LEGUMELOR ȘI ZARZAVATURILOR PRIN MURARE

Murarea legumelor este cea mai veche metodă de conservare a acestora. Pot fi murate tot felul de legume (castraveți, varză, gogonele, sfeclă etc.) puse separat, asortate între ele sau cu zarzavaturi (morcov, țelină, pătrunjel etc.). Se pot mura, de asemenea, pepeni, mere, ciuperci etc.

Murarea se face prin acidificare naturală (fermentarea lactică) sau prin acidificare cu oțet.

Pentru murare legumele se pun în borcane, în butoaie din lemn, sau în vase din material plastic. Borcanele trebuiesc bine spălate, iar butoaiele mai întîi opărite, controlate să nu curgă, apoi uscate, după care se parafinează și se ung cu usturoi în interior.

Pe fundul borcanului sau al butoiului se pun mărar uscat și cîteva bucăți groase de hrean tăiate în lung sau frunze de hrean, toate spălate în prealabil cu apă rece. Se mai pot adăuga ardei iuți, boabe de piper, frunze de țelină, foi de dafin și semințe de muștar.

Pentru 10 kg murături sînt necesare, în general, următoarele componente:

— legume asortate	10 kg	
— sare	500—600 g	
— usturoi	60—100 g	componente cu rol
— țelină sau hrean	100 g	de conservare
— mărar uscat (cu sămînță)	60 g	

— foi de dafin
— frunze de vișin
— frunze de stejar
— cimbru
— ardei iuți
— ardei capia
— piper boabe
— ienibahar

} componente ce se adaugă după gust

— apă, circa 4 l, în care se dizolvă sarea prin fierbere.

Practic saramura se prepară din 10 l de apă cu 500 g sare grunjoasă, bine dizolvată și dată în fiert cîteva minute, apoi răcită pînă la 30—40° C. Se umple apoi borcanul sau butoiul cu saramură ca să acopere legumele și se lasă descoperit, pentru ca în timpul fermentării să se preschimbe aerul. După 2—3 zile se vîntură și la nevoie se mai adaugă saramură. Durata murării este de 4—8 săptămîni, la temperatura de 25—30° C, aceasta putîndu-se face fie afară, la soare, fie în bucătărie.

După ce se constată că legumele s-au murat, borcanul sau butoiul se astupă. Borcanele se țin în cămara bine uscată, iar butoaiele în pivnița răcoroasă și bine aerisită.

Dacă butoaiele nu au capac, se pun scîndurele bine spălate, așezate în cruciș deasupra legumelor, care au fost acoperite cu crenguțe de frunze de vișin, mărar și stejar, iar peste scîndurele se pune o pînză curată și peste aceasta o greutate; de regulă un bolovan bine spălat. Între timp, deasupra legumelor se formează mucegai, care periodic trebuie îndepărtat prin spălarea capacului (scîndurelelor), pînzei, greutății (bolovanului) și ștergerea butoiului pe marginile interioare. La fel se procedează și cu borcanele.

În caz că încăperea în care se țin murăturile este mai răcoroasă, atunci saramura se prepară mai slabă, adăugîndu-se 250—350 g sare la 10 l de apă.

1750. **Castraveții murați rapid, pentru consum temporar**

Primii castraveți care apar pot fi murați în 2—3 zile, pentru consum imediat. Se aleg castraveciori mici (din cei mari se face salată), se taie cîte puțin vîrfurile și codițele, iar în cazul în care sînt mai mari se crestează în două pe lungime. Se spală, se așază într-un vas, se toarnă peste ei apă fierbinte și se lasă pînă se răcește apa. Se scurg apoi de apă și se așază în borcan înghesuiți unul lîngă altul, vertical sau orizontal, astfel ca să rămînă cît mai puțin spațiu între ei.

Deasupra castraveților se pun feliuțe de usturoi, 2—3 crenguțe de mărar semiuscat cu floare, cîteva felii de hrean și dacă avem la îndemînă se mai pot pune pentru aromă: cimbru, foi de dafin, frunze de țelină și boabe de piper.

Se toarnă apoi saramura: la 1 l de apă se pun 35—40 g sare de bucătărie și se dă într-un clocot, după care se ia de pe foc, se lasă 5—6 min, apoi se toarnă cu atenție în borcan; ca să nu crape borcanul se pune sub acesta o lamă de cuțit. Se acoperă borcanul cu o farfurie sau se leagă cu tifon și se ține la o temperatură de circa 20—30° C sau la soare, căldura favorizînd fermentarea rapidă. După ce castraveții s-au acrit se vîntură și se țin într-un loc răcoros.

1751. **Castraveți murați ca la Rădăuți**

Castraveții se pun la murat pentru iarnă, după ce trec căldurile, sau cînd apar din abundență pe piață, dar atunci timp de 10—12 zile cît durează fermentarea, la o temperatură de 18—22° C, se vîntură zilnic.

După ce procesul de fermentație s-a terminat, murăturile (castraveții) se păstrează într-o pivniță răcoroasă sau, așa cum se obișnuiește în regiunea Rădăuți, butoaiele cu murături închise ermetic se scufundă în iazuri cu apă și se țin acolo pînă la întrebuințare.

Castraveții care se pun în borcane mai mari, de 10—15 l, sau în butoaie, se sortează după mărime pentru ca fermentația să se poată produce în mod egal.

Castraveţii proaspeţi culeşi se ţin 2—3 zile într-un vas cu apă rece, apoi se spală, se înţeapă cu furculiţa în două-trei locuri şi se aşază în borcane sau în butoaie. Între castraveţi, dedesubt şi deasupra, se pun diferite condimente dintre care nu trebuie să lipsească, mai ales, acele care au rol de conservant: 50—60 g mărar uscat cu sămînţă, 50 g hrean, 100 g usturoi şi alte ingrediente care dau gust şi aromă plăcută: frunză de vişin, sau de stejar, 5—6 foi de dafin, 100 g foi de ţelină, maghiran, tarhon, 5—6 ardei iuţi sau 10 g boabe de piper. Peste acestea se toarnă saramura preparată cu sare grunjoasă, pentru 10 kg de castraveţi punîndu-se 6—7 l apă, 400—450 g sare, eventual se pot adăuga şi 200—300 ml oţet de vin. După ce sarea s-a dizolvat bine se dă saramura în cîteva clocote, după care se strecoară, se lasă să se aşeze 1 oră şi apoi se toarnă peste castraveţi. Pentru iarnă castraveţii trebuie ţinuţi în încăperi răcoroase, altfel se borşesc.

1752. **Castraveţi în oţet**

Se aleg castraveciori mici, lungi, cam de 5—6 cm, din soiul Cornişon. Culeşi proaspeţi şi apoi aleşi, castraveciorii se pun într-un vas cu apă rece în care se adaugă 10 g sare la 1 l de apă şi se ţin cîteva ore, apoi se spală, se aşază în borcane, iar printre ei se adaugă felii de hrean, foi de dafin, piper boabe, apoi se toarnă saramură pînă se umplu borcanele. Saramura cu oţet se prepară astfel: la 1 l de apă se adaugă 200—250 ml oţet, 25 g sare, 10 g zahăr, se dă în cîteva clocote, după care se ia de pe foc şi se lasă să se răcească puţin, apoi se toarnă peste castraveţi. Borcanele umplute se acoperă cu celofan pus dublu şi se leagă bine cu o sfoară de jur-împrejur de cîteva ori. Se păstrează ferite de soare, într-un loc răcoros.

1753. **Castraveciori şi roşii marinate**

Se aleg castraveciori dintre cei mai mici şi tot atîtea roşii mici în formă de prune, tari şi nu prea coapte.

Castraveciorii se ţin cîteva ore în apă rece cu puţină sare, după care se spală de cîteva ori şi se aranjează în borcane mici de 1 pînă la 3 l, intercalîndu-se cu roşii şi adăugînd cîteva rondele de morcovi, felii de usturoi, foi de dafin şi boabe de piper. Deasupra se toarnă marinata fiartă preparată din: 1 l apă, 1/4 l de oţet, 50 g sare şi 30 g zahăr. Cînd marinata a dat în fiert se ia vasul de pe foc şi peste 5—6 min se toarnă în borcane peste castraveciori şi roşii. Borcanele se acoperă imediat cu două rînduri de celofan, se leagă bine şi se ţin într-un loc răcoros.

Pentru o conservare mai sigură borcanele se pot steriliza 10 min în baie de apă (bain-Marie).

1754. **Roşii marinate**

Se aleg roşii bine coapte şi tari, se spală şi se aşază în borcane. Între ele se pun bucăţele de hrean sau de ţelină, deasupra se fixează cîteva şipci (scîndurele) în cruciş şi se umple borcanul cu oţet fiert cu condimente (piper, ienibahar şi foi de dafin). După răcire se leagă borcanele cu celofan şi se păstrează la rece.

1755. **Conopidă marinată**

Se alege conopidă bine dezvoltată şi îndesată, se desface în bucheţele, se pune într-un vas cu apă puţin sărată, în care se lasă 1—2 ore, apoi

se spală în cîteva ape și se așază într-o cratiță peste care se toarnă apă clocotită. După 5—6 min se scurge de apă, se așază în borcane care se umplu cu saramura pregătită în felul următor: la 1 l de oțet se pun 1 l de apă și 30—40 g sare și se dau într-un clocot, după care se toarnă peste conopidă și se acoperă ermetic. A doua zi se scurge toată saramura, se mai adaugă la ea 1 l de apă și se dă din nou într-un clocot, se lasă să se răcească, după care se toarnă înapoi în borcan peste conopidă și se leagă strîns cu celofan și cu sfoară.

Ca să nu iasă bucheţelele de conopidă din saramură, peste acestea se aranjează cîteva scîndurele subțiri care se sprijină sub gîtul borcanului.

1756. **Sfeclă roșie marinată**

Sfecla roșie se pune la fiert sau la copt. După ce este gata se curăță de coajă, se taie în felii și se pune în borcane. Printre rînduri se pun hrean ras, chimen și foi de dafin, iar deasupra se toarnă oțet de vin fiert, sărat după apreciere (cam 30 g sare la 1 l de oțet). Se pot adăuga și 50 g de zahăr. Deasupra se fixează scîndurele ca să țină sfecla în lichid, peste care se mai toarnă 1—2 linguri de ulei, apoi borcanul se leagă și se ține într-un loc răcoros.

1757. **Gogoșari în oțet**

Pentru un borcan de 10 l este nevoie de circa *7-8 kg gogoșari (50-60 gogoșari) și 5-6 l de lichid (oțet și apă), socotind la 1 l de oțet de 9 grade: 1-1,5 l apă, 10-15 g sare, 100 g miere, 100 g zahăr, 100 ml ulei, 1 lingură de sămînță de muștar sau boabe de piper, cîteva frunze sau rădăcină de țelină și cîteva foi de dafin.*

Se aleg gogoșari mari, cărnoși, bine copți, pînă la culoarea roșie și se spală în apă multă. Apoi se scurtează codițele la aproape 1 cm de la bază și se înțeapă fiecare gogoșar de 2—3 ori pe lîngă codiță. Gogoșarii astfel pregătiți se opăresc în soluția de oțet și apă, la care se adaugă componentele menționate și se lasă să dea în clocot. După ce gogoșarii s-au trecut prin soluția în clocot se scot și se pun direct în borcanul încălzit, așezîndu-se unul lîngă altul, fără să se preseze între ei, după care se toarnă soluția. Apoi, sub gîtul borcanului se fixează cîteva scîndurele subțiri sau rădăcini de hrean care au rolul să mențină gogoșarii în soluție. Se leagă cu pergament sau cu celofan pus în două și se țin la rece.

1758. **Gogoșari tăiați în oțet**

Se aleg gogoșari cărnoși și proaspăt culeși. Înainte de a fi tăiați, se spală bine și li se scot toate semințele și nervurile albe împreună cu cotorul. În acest timp se pune la fiert oțetul cu apă, sare, miere etc. (v. rețeta precedentă). Apoi, gogoșarii, tăiați, spălați și bine zvîntați se opăresc pe rînd și se așază în borcane, după care se procedează la fel ca în rețeta precedentă.

1759. **Ardei umpluți cu zarzavat în oțet**

Ca umplutură se folosește zarzavat diferit: morcovi, pătrunjel rădăcină, țelină, varză albă sau roșie. Se curăță toate, se spală, se taie în fire lungi de 4—5 cm și se pun într-un lighean sau într-o cratiță smălțuită și

destul de încăpătoare. Se amestecă toate la un loc, potrivindu-se de sare și se lasă pînă a doua zi să se înmoaie.

A doua zi se aleg ardei grași, cărnoși și întregi cărora li se scoate cotorul împreună cu semințele, după care se umplu cu zarzavatul respectiv. Se așază în borcane, se pune deasupra o greutate și se toarnă oțetul fierbinte care se pregătește astfel: la 1 l de oțet, se adaugă 10 g sare, 2—3 foi de dafin, cîteva boabe de ienibahar și boabe de piper. După ce s-a turnat oțetul fierbinte peste ardeii umpluți, se leagă imediat borcanul cu pergament sau cu celofan și se pune în cămară.

1760. **Ardei grași copți, în oțet**

Se aleg ardei grași mari și cărnoși, se coc, se curăță de pieliță, se așază în borcan unul lîngă altul, se toarnă oțetul pregătit la fel ca în rețeta precedentă, după care se acoperă borcanul cu celofan, se leagă bine și se ține la rece.

1761. **Ardei iuți în oțet**

Se aleg ardei iuți pîrguiți sau chiar roșii, se spală, se așază în borcane mai mici (de 300—400 ml), se toarnă peste ei oțet fiert cu sare (la 1 l oțet, 40 g sare), se leagă apoi borcanele cu celofan și se păstrează în cămară.

1762. **Gogoșari copți, în oțet**

Se aleg gogoșari proaspeți, nepătați, se coc, se curăță de pieliță și se așază în borcan unul lîngă altul. Se toarnă deasupra oțet fiert cu sare (40 g sare la 1 l de oțet) și peste acesta cîte 2 linguri de ulei la un borcan. Se leagă cu celofan și se păstrează la rece. Gogoșarii copți în oțet se păstrează mai bine dacă se face și sterilizarea lor în baie de apă (bain-Marie).

1763. **Ardei grași umpluți cu varză în saramură**

Se aleg ardei grași proaspeți și nepătați, li se scoate cotorul și semințele, se spală bine și se lasă să se scurgă de apă. Se toacă varza mărunt, se frămîntă cu puțină sare pînă lasă zeamă, după care varza se stoarce, iar zeama se aruncă fiind amară. Se pot adăuga și morcovi rași pe răzătoarea cu găuri mari. Cu acest amestec se umplu ardeii, după care se așază în borcan. Deasupra se pun un rînd de foi de țelină, cîteva felii de hrean și cîteva boabe de piper, apoi se umple borcanul cu saramură de concentrație mijlocie (30—40 g sare la 1 de apă). Pe timpul fermentației, borcanul se ține în bucătărie sau la soare și se vîntură saramura din două în două zile. După acrirea verzei, borcanul se ține în cămară sau în pivniță.

Pentru un aspect mai frumos, se pot prepara ardei grași verzi cu varză roșie sau ardei grași roșii cu varză albă. Se servesc la masă ca salată, adăugîndu-li-se ulei.

1764. **Gogonele murate**

Se aleg pătlăgele verzi ușor pîrguite, sănătoase și necrăpate, se spală și se pun la murat la fel ca în rețeta 1751, dar cu mirodenii mai puține.

1765. **Murături asortate**

Se iau gogonele verzi, ardei lungi, țelină tăiată, ardei iuți, varză roșie tăiată în sferturi, morcovi tăiați felii rotunde, conopidă desfăcută în buchețele, toate spălate bine în prealabil. Se așază în borcane sau în butoaie, se pun deasupra frunze sau și felii de țelină, căței de usturoi, piper boabe și foi de dafin. În continuare se procedează la fel ca în rețeta 1751.

1766. **Pepeni verzi murați**

Se aleg pepeni verzi mici, abia dați în copt, neloviți și nepătați. Se înțeapă în mai multe locuri cu o țepușă subțire de lemn și se așază în butoi. Între pepeni și deasupra se pun crenguțe de stejar și de vișine, țelină și mărar. Se umple butoiul cu saramură (40 g sare la 1 l de apă), care se pritocește din 2 în 2 zile și după ce s-au murat se țin la pivniță.

1767. **Varză acrită rapid**

Putem avea varză acrită chiar la apariția ei, în orice anotimp. Varza se curăță de frunzele verzi de deasupra, se spală, se crestează în patru și se așază în borcan sau butoi mic, după care se adaugă mărar uscat sau verde înflorit. Se fierbe saramura (300 g sare la 10 l apă) și după ce s-a răcit pînă la 35—40° C se toarnă peste varză. Se acoperă și se ține la loc cald.

Pentru a grăbi acrirea verzei se adaugă la 1 l saramură 1/2 l oțet de vin. În felul acesta putem avea varză acră în 2—3 zile.

1768. **Varză roșie în oțet**

Varza roșie se toacă mărunt, se amestecă cu puțină sare și se așază în borcane. Se fierbe oțetul de 9° îndoit cu apă și se toarnă cald peste varză, apoi borcanul se leagă ermetic cu celofan și se ține la rece. Cînd se servește la masă se adaugă puțin ulei.

1769. **Varză căpățîni murată**

Se iau căpățîni de varză îndesate, se curăță îndepărtîndu-se frunzele pătate, se scoate cotorul cu un cuțit ascuțit, scobindu-se miezul verzei (se poate cresta în patru) și se așază în butoi, una lîngă alta, îndesat. Pe fundul butoiului se pun mărar uscat și boabe de porumb. Deasupra se pune o scîndurică sau două în cruciș, se așază peste acestea o greutate, apoi se acoperă cu capacul sau cu o pînză. Se umple cu saramură (dacă nu s-a presărat printre rînduri și pe varză cu sare) calculîndu-se 300—500 g sare la 10 l de apă.

Se pritocește din 3 în 3 zile și, dacă varza a absorbit prea multă saramură, se mai poate adăuga saramură pînă la acoperirea ei completă. După fermentare se ține la rece.

1770. **Varză tocată murată**

Se iau căpățîni de varză cît mai îndesate, se îndepărtează frunzele verzi și cele stricate, apoi se spală varza și se lasă la scurs pe o masă. După aceea se taie cît mai subțire și se pune într-un vas în care se amestecă cu sare (1/2 kg de sare grunjoasă la 25 kg varză) și se freacă bine. Nu se pune prea multă sare deoarece varza ar ieși mai mult sărată decît

acră. Ca mirodenii se adaugă morcovi daţi prin răzătoarea cu găuri mari, foi de dafin, piper boabe şi, după gust, chimen. Se aşază varza în butoi treptat şi se bate cu maiul pentru a se îndesa. Se acoperă cu o pînză peste care se pune o scîndură, iar deasupra acesteia o greutate ca să preseze varza în zeama lăsată de ea.

Între timp, trebuie înlăturată regulat spuma care se formează deasupra. De fiecare dată cînd se scoate varză pentru consum, pînza se spală şi se clăteşte în apă rece. Se spală, de asemenea, scîndura şi greutatea, iar gura butoiului se şterge pe marginile interioare îndepărtîndu-se începutul de mucegai.

1771. **Ciuperci marinate în oţet**

Se iau ciupercile albe şi cît mai mici, se curăţă, se spală, se taie codiţele; cele mici pot rămîne întregi. Se pun la fiert în apă clocotită cu puţină sare şi sare de lămîie. Se fierb sub supraveghere pînă pierd gustul de crud, apoi se scot din zeamă, se lasă să se scurgă şi se pun în borcane. Deasupra se toarnă oţetul pregătit după cum urmează: la 1 l de apă se adaugă 300 ml oţet, 1—2 foi de dafin, cîteva boabe de piper, ienibahar, eventual şi 2—3 cuişoare şi toate împreună se dau într-un clocot, apoi se lasă 5—6 min la rece, după care se toarnă peste ciuperci pînă le acoperă. Deasupra, sub gîtul borcanului, se pun scîndurele subţiri cît lama unui cuţit, ca să nu se ridice ciupercile în afara lichidului. La urmă se mai pun deasupra cîteva linguri de ulei în prealabil prăjit sau seu de vacă topit. Se leagă borcanele în mod obişnuit şi se păstrează la rece.

1772. **Tarhon în oţet**

Crenguţele de tarhon se curăţă de frunzuliţe care se adună, se spală, se lasă să se scurgă şi se aşază în borcane. Se toarnă peste ele oţet fiert cu sare (40 g sare la 1 l de oţet), după care se leagă borcanul cu celofan şi se păstrează în cămară.

CONSERVAREA LEGUMELOR PRIN SUPRASĂRARE

La legumele conservate prin suprasărare, sarea trebuie să se adauge în proporţii de 30% din greutatea acestora. Metoda este simplă şi faţă de celelalte metode de conservare nu pune prea multe condiţii. Procedeul prin suprasărare are multe neajunsuri: unele legume se întăresc, deoarece sarea scoate apa din ele, ceea ce face ca să se modifice într-o oarecare măsură gustul natural; prin desărare (legumele trebuie spălate în multe ape pentru a fi desărate înainte de întrebuinţarea lor) pierd multe din substanţele nutritive şi din gust.

Legumele ce se pot păstra prin suprasărare sînt: roşiile proaspete întregi, fasolea păstăi, foile de viţă, ardeii graşi, bamele şi toate verdeţurile (tarhon, pătrunjel, mărar, leuştean etc.).

1773. **Roşii întregi conservate în sare**

Se aleg roşii întregi pîrguite (pe jumătate coapte), se aşază într-un butoiaş alternativ straturi subţiri de sare şi straturi de roşii, pînă la umple-

rea acestuia. Se păstrează într-un loc rece. Se folosesc la mîncăruri după ce au fost în prealabil desărate, în mai multe ape.

1774. **Fasole păstăi conservată în sare**

Se alege fasolea păstăi foarte tînără și proaspăt culeasă. Se curăță, se spală și se lasă să se zvînte. Se opărește în apă clocotită 2—3 min, după care se răcește cu apă rece și se lasă să se zvînte din nou. Se așază alternativ straturi subțiri de sare și straturi de fasole pînă la umplerea borcanului, ultimul strat fiind de sare. Se folosește după desărare în mai multe ape reci, pentru prepararea mîncărurilor.

1775. **Foi de viță conservate în sare**

Se aleg frunzele de viță tinere, înainte de a fi stropite cu piatră vînătă. Se rup codițele, se pun cîte 20 de frunze una peste alta, se fac sul și se așază cît mai des unul lîngă altul într-un borcan potrivit ca mărime. Se pune la fundul borcanului un strat de sare și după fiecare strat de suluri se pun crenguțe de mărar și un strat de sare. Se continuă astfel pînă se umple borcanul, ultimul strat fiind de sare. Apoi se leagă borcanul în mod obișnuit și se păstrează la rece. Înainte de folosire se desărează în mai multe ape reci.

1776. **Ardei graşi conservaţi în sare**

Se aleg ardei mari, frumoși și se taie împrejurul cotorului care se scoate cu semințe cu tot. Se sărează fiecare ardei înăuntru și se lasă într-un vas 24 ore cu gura în sus ca să se înmoaie. A doua zi se iau ardeii, se bagă unul în altul și se așază straturi în butoi sau în borcan, între rînduri presărîndu-se sare. Se folosesc după ce sînt bine desărați în mai multe ape reci.

1777. **Verdeţuri conservate în sare**

Se alege mărar sau pătrunjel, se spală bine de pămînt, se scutură, se pune pe o planșetă și se amestecă cu sare. Se umple borcanul și se păstrează la rece pînă a doua zi cînd se completează cu mărar cu sare pînă se umple, căci verdeața se așază și scade. Deasupra se pune un strat de sare.

Tot în acest fel se păstrează la sare tarhonul și leușteanul.

Verdețurile se mai pot păstra și prin deshidratare (v. rețeta 1810).

Reguli de bază în conservarea legumelor prin sterilizare. Pentru buna reușită a conservelor trebuie să se aibă în vedere următoarele:

1) Legumele trebuie să fie proaspete și coapte. Cele veștejite sau pătate nu sînt corespunzătoare și se elimină.

2) Borcanele sau sticlele trebuie să fie bine spălate cu apă fierbinte și sodă, apoi clătite și bine uscate. Pentru conservele care se toarnă calde

în borcane, se recomandă ca și borcanele să fie calde (ținute în cuptor la temperatură potrivită).

3) Legumele, sortate după mărime și maturitate, se așază în borcane sau sticle care se umplu în așa fel ca după completarea lor cu suc de roșii sau saramură, să rămînă un loc gol de circa 2—3 cm (2—3 degete) între conținut și dop, înveliș de pergament sau celofan.

4) După așezarea legumelor în borcan sau sticlă se toarnă lichid sau suc de roșii în așa fel ca să nu rămînă aer între ele. O metodă bună este baterea ușoară de cîteva ori, în timpul umplerii, a borcanului sau sticlei de masa peste care se pune un prosop împăturit de cîteva ori.

Cînd se toarnă lichidul, se apleacă în așa fel borcanul ca acesta să curgă înăuntru pe marginea lui, umplîndu-se treptat, astfel aerul evacuîndu-se din borcan cît mai bine. Conținutul din borcan sau sticlă trebuie să fie acoperit cu zeamă, sos, saramură sau zeamă de roșii (suc) pe o înălțime de două degete. Pentru o conservare mai sigură se poate adăuga o pastilă de aspirină sau un vîrf de cuțit de conservant la 1 kg de conținut.

5) Borcanele se leagă ermetic cu pergament sau celofan.

Celofanul se udă în apă rece, se pune în două sau trei, se întinde perfect peste gura borcanului și se leagă cu sfoară de cînepă, înfășurîndu-se strîns de cîteva ori, după care se înnoadă bine. Sticlele, după ce au fost umplute, se astupă cu dopuri lungi opărite în prealabil cu apă fierbinte cu sare și apoi se leagă cu sfoară.

După legarea borcanelor cu celofan, se mai pot lega provizoriu și cu o bucată de pînză, ca să se împiedice umflarea prea tare și eventual crăparea celofanului. După fierbere și răcire, pînza (tifonul) se scoate și se păstrează pentru viitoarele conserve.

După ce sticlele au fost sterilizate, peste dopuri se aplică smoală sau parafină.

6) Sterilizarea constă în fierberea borcanelor sau a sticlelor umplute cu legume sau fructe, pentru a se distruge microorganismele. Astuparea ermetică asigură neinfectarea cu microorganisme și deci buna conservare a legumelor. Orice conservă sterilizată odată deschisă trebuie consumată, altfel se alterează la fel ca și mîncărurile gătite proaspăt.

Pregătirea vasului pentru sterilizarea borcanelor și a sticlelor este simplă și la îndemîna oricărei gospodine.

Se așază pe fundul unui vas un rînd de paie, de talaș sau de ziare, apoi se pun borcanele și între ele se pot pune, de asemenea, talaș paie, sau ziare, în așa fel ca borcanele să nu se atingă între ele și nici de pereții vasului. Între borcane se pot pune și cîrpe. Vasul astfel pregătit se umple cu apă caldă pînă la nivelul conținutului din borcane și se lasă să dea în fiert, avîndu-se grijă ca fireberea să fie egală peste tot și domoală (să nu clocotească tare). Timpul de sterilizare a legumelor se socotește o dată cu începutul fierberii apei din vas. Durata fierberii este arătată în fiecare rețetă. Fierberea trebuie să fie lentă și fără întrerupere. În cazul în care scade apa în timpul fierberii, se mai poate adăuga, dar numai apă fierbinte, și se completează pînă la nivelul conținutului din borcane sau sticle. În timpul fierberii vasul nu trebuie acoperit, căci aburii puternici ar sparge învelișurile borcanelor (celofanul).

7) După ce s-a respectat durata fierberii conform rețetei respective, se stinge focul și după ce totul s-a răcit complet se pot scoate borcanele sau sticlele. Acestea se șterg, se etichetează și se așază în cămara bine uscată și aerisită. În caz că la vreun borcan se crapă celofanul, în locul lui sau peste acesta se leagă un alt celofan și după aceea se fierbe din nou circa 10 min.

8) Borcanele speciale, cu capace, trebuie închise perfect, iar dacă capacul nu se potrivește sau se învîrtește, se pune un alt capac. De obicei, gospodinele folosesc borcane simple, pe care le leagă cu celofan.

9) Principal la această metodă de conservare este produsul, care trebuie să fie proaspăt și de calitate.

10) Pregătirea să fie rapidă și în aceeași zi sau în cîteva ore, iar produsele să fie prelucrate și puse la sterilizare așa cum s-a arătat. Importantă este și legarea (închiderea) borcanelor sau sticlelor care trebuie să fie ermetică (fără să poată pătrunde aerul din afară), căci altfel legumele se vor strica repede.

1778. **Suc de roșii sau saramură pentru umplerea borcanelor sau sticlelor cu legume conservate prin sterilizare**

Ca umplutură a legumelor conservate prin sterilizare se folosește sucul de roșii, bulionul sau saramura.

Sucul de roșii se pregătește din roșii bine coapte sau se folosește bulion din roșii de calitate bună, fără să aibă gust acru sau să fie fermentat. La un litru de suc de roșii se adaugă 20 g sare de bucătărie.

În lipsă de suc se poate pregăti bulion preparat din pastă de roșii adăugîndu-se la 1 l de apă fiartă 20 g sare și 100 g pastă de roșii.

Dacă se folosește saramură, aceasta se prepară adăugînd la 1 l de apă 20—30 g de sare.

Sucul sau saramura se înfierbîntă și se toarnă peste legumele așezate în borcane sau sticle, sub care s-a pus un obiect metalic ca să nu crape.

1779. **Ardei în suc de roșii**

Se aleg ardei grași de aceeași mărime. Se spală și se decupează cu vîrful unui cuțit în jurul cotorului, care se scoate împreună cu semințele; deschizătura trebuie să fie dreaptă. După aceea, ardeii se opăresc timp de 2—4 min în apă clocotită cu puțină sare, se trec prin apă rece și se lasă cu gura în jos să se ascurgă. Ardeii se așază apoi în borcane, îndesîndu-se cu mîna ca să încapă cît mai mulți și să nu rămînă spații goale, iar deasupra se toarnă suc de roșii fierbinte. Nivelul sucului trebuie să fie cu 2 cm sub capac sau celofanul cu care se leagă gura borcanului. Borcanul se pune imediat la sterilizat pentru 60—80 min. În rest, prepararea se face așa cum s-a arătat în partea introductivă a acestui capitol.

1780. **Ardei pentru umplut conservați prin sterilizare**

Se aleg ardei grași de mărime potrivită, se spală și li se scoate cotorul împreună cu semințele. Se opăresc 4—5 min, se scot, se lasă să se scurgă, după care se așază în borcane, unul în altul, cu gura în sus. Se umple apoi borcanul cu saramură fiartă și puțin răcită (saramura: la 1 l apă se pun 20—25 g sare), se leagă obișnuit cu celofan pus în două și udat cu apă, după care se pune la sterilizare pentru 30—40 min (v. începutul capitolului).

1781. **Bame în suc de roșii**

Se aleg bame mici și tinere, se curăță de codițe, se opăresc 4—5 min în 2 l de apă, cu 50 ml oțet și 20 g sare, apoi se limpezesc bine în apă

rece. După ce apa s-a scurs, bamele se pun în borcane, se toarnă sucul de roșii, se leagă bine borcanele cu celofan, apoi se fierb în bain-Marie (baie de apă) timp de 1 oră.

1782. **Bame pentru gătit conservate**

Se procedează ca în rețeta precedentă, însă după ce bamele au fost așezate în borcan, în loc de zeamă de roșii se umplu cu următorul sos: într-o crăticioară se toarnă 150 ml ulei la care se adaugă 250 g ceapă tăiată mărunt, care se prăjește și se stinge cu 1 l de suc de roșii. După ce a dat în fiert, se strecoară totul și se mai adaugă 18—20 g sare (după gust), o legătură de verdeață tăiată mărunt. Se toarnă sosul peste bamele din borcane, care se leagă cu celofan și apoi se fierb 1 oră în baie de apă.

1783. **Conopidă conservată**

Se alege o conopidă albă îndesată și nepătată. Se desface în bucheţele și se lasă în apă rece cu puțin sare 1/2 oră. Se scurge, apoi se fierbe în apă clocotită 6—8 min, după care se răcește cu apă rece și se așază în borcane care se umplu cu apă fiartă potrivită de sare. Borcanele se leagă cu celofan și sfoară udate în apă rece. Se sterilizează în baie de apă de două ori: în prima zi 30 min, iar a doua zi 10 min.

1784. **Dovlecei conservaţi**

Se iau dovlecei mici de tot, li se taie codițele, se spală, se opăresc în apă cu puțină sare timp de 3—5 min, după care se răcesc imediat cu apă rece. Dovleceii astfel pregătiți se pun în borcane, peste ei se toarnă saramură (la 1 l de apă 20 g sare), după care borcanele se leagă cu celofan și apoi se sterilizează 60—80 min.

1785. **Ghiveci gătit conservat**

La ghiveci, în afară de cartofi se întrebuințează următoarele legume: dovlecei, morcovi, ardei grași, mazăre, fasole, bame, conopidă, ceapă, roșii etc.

Legumele, după ce sînt curățate și spălate, se taie în bucăți lunguiețe. Apoi se călesc pe rînd, într-o cratiță cu ulei, după care în uleiul rămas se prăjește ceapa tăiată mărunt, se stinge cu zeamă de roșii (suc) și se lasă să dea în clocot. Se adaugă legumele călite și cele fierte: conopida, fasolea, mazărea, bamele.

Totul se lasă să dea cîteva clocote, apoi se adaugă verdeață, piper și sare după gust (circa 15 g la 1 kg ghiveci).

Ghiveciul, încă cald, se pune în borcane, se adaugă deasupra 2—3 roșii opărite în prealabil (date în 2—3 clocote), după care se leagă bine borcanele cu celofan și se face sterilizarea prin fierbere în baie de apă (bain-Marie).

1786. **Ciuperci fierte conservate**

Se iau ciuperci albe, se taie cotoarele, se curăță, apoi se spală bine în cîteva ape reci pentru îndepărtarea nisipului. Se fierb 5—10 min în apă clocotită cu puțină sare (la 1 l apă, 5 g sare și 0,5 g sare de lămîie), se lasă să se răcească, se pun în borcane, după care acestea se umplu cu

saramură. În loc de saramură se poate întrebuința apa în care au fiert ciupercile, la care se mai adaugă 15 g sare la 1 l. Se leagă apoi borcanele ermetic cu celofan și se sterilizează 60 min.

1787. **Ciuperci înăbușite conservate**

600-800 g ciuperci proaspete curățate, 100 ml ulei, 100 g ceapă, 20 g sare, 2 g piper pisat, 250 ml vin sau zeama de la o lămîie, 1 g sare de lămîie.

După ce ciupercile au fost curățate și spălate de mai multe ori în apă rece, se țin 20 min în apă rece în care se adaugă puțină sare de lămîie. Între timp, ceapa se taie mărunt și se înăbușă în ulei pînă se înmoaie, se adaugă ciupercile tăiate în bucățele, sare, piper și împreună se mai înăbușă 10 min. Apoi se sting cu vin sau cu apă caldă și, după gust, se mai adaugă sare, piper, eventual și zeamă de lămîie; se mai lasă să dea într-un clocot, după care se toarnă în borcane bine încălzite. Se poate adăuga și cîte o pastilă de aspirină la 1 borcan de 1 l, iar la urmă deasupra se toarnă ulei într-un strat cam de 5 mm (dacă ciupercile nu au lăsat uleiul cu care au fost preparate). Se șterg bine borcanele, se leagă cu două rînduri de celofan și se sterilizează 90 min la temperatura de 100—110°C.

1788. **Ciuperci înăbușite cu carne, conservate**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, cu deosebirea că, după ce ciupercile sînt gata, se mai adaugă carne înăbușită separat. În loc de carne de vînat sau de animale tinere, se poate folosi și carnea de pasăre.

1789. **Ciuperci înăbușite cu pește, conservate**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, înlocuindu-se carnea cu bucăți de pește prăjit pe toată suprafața, fără să se rumenească, chiar dacă mai rămîne înăuntru puțin crud, fiindcă la sterilizare se mai fierbe. Se sterilizează 80—100 min.

1790. **Mazăre boabe conservată**

Se aleg boabe de mazăre foarte tînără, de același soi și de aceeași mărime. Toate operațiile tehnologice începînd de la culesul mazării și pînă la conservarea ei se efectuează neapărat în aceeași zi.

Tecile (păstăile) de mazăre se dezghioacă cu atenție, fără să se strivească boabele. Acestea trebuie să fie foarte tinere, cu pielița subțire și de culoare verde.

Mazărea cînd este prea coaptă se întărește și pierde din gustul fraged plăcut. După ce s-au scos boabele din păstăi, se spală și se opăresc în apă clocotită în care se adaugă la 1 l de apă 5—10 g sare. Mazărea mai tînără și mai mărunță se opărește 1—2 min, iar cea cu bobul mai mare 3—5 min. Dacă opărirea se prelungește, boabele se zbîrcesc pierzînd culoarea verde. După opărire, mazărea se spală imediat cu apă rece și se pune în sticle care se umplu și apoi se toarnă peste ea apa în care a fost opărită mazărea și la care s-au mai adăugat 10 g sare la 1 l; la urmă se mai adaugă un vîrf de cuțit de conservant sau o pastilă de aspirină. Sticlele umplute pînă la circa 2 cm sub dop se astupă cu dopuri noi de plută (lungi și fierte în apă 10—20 min).

Se sterilizează timp de 90 min, în una sau în două etape: în prima zi 40—45 min, iar în a doua zi 10—20 min. După ce s-au răcit, sticlele se scot din vasul în care s-a făcut sterilizarea, se șterg și după ce dopurile s-au uscat bine se capsulează și se parafinează sau se smolesc.

1791. **Fasole păstăi conservată**

După ce păstăile de fasole au fost alese, curățate și spălate (se aleg păstăi proaspete și foarte tinere, fără aţe sau cu aţe care se curăță), se opăresc în apă clocotită și puțin sărată, timp de 5—6 min. După aceea se ia imediat vasul de pe foc, se scurge apa clocotită și tot atunci se clătesc păstăile cu apă rece, apoi se introduc în sticle sau în borcane cu gîtul îngust. Deoarece păstăile se umflă în apă, ele nu se îndeasă, adăugîndu-se apoi apa în care au fost opărite. Deasupra se pune un vîrf de cuțit de conservant sau o pastilă de aspirină (la o sticlă) dizolvată într-o lingură de apă caldă. În continuare se procedează la fel ca în rețeta precedentă.

1792. **Roșii cojite conservate**

Se aleg roșii coapte, de mărime mijlocie, cu miezul compact și cu seminţe mai puține. Se spală, se crestează fiecare deasupra și se scufundă timp de cîteva secunde în apă clocotită, după care, imediat, se trec în apă rece. În felul acesta se poate curăța foarte ușor pieliţa de pe ele. După ce se curăță de pieliță, se așază în borcane, iar peste ele se toarnă suc de roșii fierbinte. Apoi, imediat, borcanele se închid ermetic cu capace sau se leagă cu celofan și sfoară și se pun la sterilizat în acel moment. Altfel, atît sucul de roșii cît și roșiile, stînd la căldură, fermentează rapid.

1793. **Spanac conservat**

Se alege spanac cît mai tînăr, cu frunze verzi și fragede. Se spală în cît mai multe ape pentru a se îndepărta pămîntul de pe frunze și se lasă să se scurgă bine. Apoi se pune în apă clocotită cu sare, într-un vas descoperit și se fierbe pînă ce codiţa se sfărîmă ușor la strîngerea ei între degete, după care se lasă să se scurgă și să se răcească6 După ce s-a răcit spanacul se terciuiește, se amestecă cu sare (10 g la 1 kg), și se fierbe într-un vas smălțuit, amestecîndu-se tot timpul cu o lopăţică de lemn ca să nu se prindă de fund, pînă se obține un piure.

Borcanele calde și uscate se umplu cu piureul încă cald, se leagă ermetic cu celofan și se fireb 90—120 min în baie de apă (bain-Marie). Spanacul se mai poate pregăti lăsîndu-se frunzele întregi. Se așază frunzele în borcan și se umple cu apă fiartă cu 1 g de sare la litru, după care se leagă ermetic cu celofan și se sterilizează 60—90 min.

1794. **Vinete conservate în bulion**

Se aleg vinete tinere, lungi și nu prea tari la pipăit. Se curăță de coajă, lăsîndu-se alternativ o fîșie și tăindu-se alta, în mod simetric. Apoi se taie pe lungime în două și după aceea fiecare bucată în trei. Vinetele tăiate în bucăţi se așază într-o cratiță și se presară cu sare, lăsîndu-se să stea 2 ore, după care se storc ușor și se opăresc într-un vas cu apă clocotită. După ce au fiert 5 min bucăţile se scot, se lasă să se răcească și se așază în borcane. Peste ele se toarnă bulion de roșii, apoi borcanele se leagă cu celofan și se fierb în bain-Marie, timp de 1 oră.

1795. **Vinete în bulion conservate pentru musaca**

Se pregătesc la fel ca în rețeta precedentă, numai că vinetele se taie în felii rotunde și se prăjesc în ulei încins, pe rînd.

1796. **Vinete împănate conservate în bulion**

Se aleg vinete tinere, mici și coapte. Se curăță partea verde de la cotor. De-a lungul fiecărei vinete, se curăță la distanță egală, șuvițe (fîșii) egale de coajă. Se crestează vinetele în lungime, se împănează cu usturoi sau cu zarzavat călit și se prăjesc în ulei bine încins, după care se așază în borcane cu bulion de roșii, în continuare procedîndu-se la fel ca în rețeta 1794.

1797. **Vinete tocate — conservate**

Se aleg vinete coapte, de mărime mijlocie, de culoare aproape neagră, lucioase și pufoase (cele tari au semințe mari iar cele verzui sînt amare). Se coc pe jar sau pe plită bine încinsă și, pe măsură ce se coc, se așază la rînd pe un fund de lemn. După ce s-au răcit puțin se curăță, avînd grijă ca în timpul îndepărtării cojii să se clătească degetele în apă rece, însă imediat să se șteargă mîna cu prosopul, ca apa să nu vină în contact cu miezul vinetei; altfel se înnegresc. Vinetele curățate se pun la rînd pe un alt fund de lemn așezat puțin înclinat, lăsîndu-se astfel 2—3 ore ca să se scurgă zeama amară a acestora. După ce vinetele s-au scurs, se toacă pe fundul de lemn, cu un tocător de lemn, sărîndu-le după gust.

Vinetele tocate se așază în borcane cu gura mică sau în sticle de 1/2 l, care se umplu puțin cîte puțin, bătîndu-le ușor de masă ca să nu rămînă înăuntru goluri de aer. Deasupra vinetelor se pune un strat de ulei. Borcanele sau sticlele se lasă goale de 2—3 cm și după ce se leagă cu celofan se fierb în bain-Marie, timp de 1 oră.

1798. **Suc de roșii conservat**

Se aleg roșii coapte, se taie în bucăți și se pun să fiarbă, adăugîndu-se sare după gust. Nu se lasă să scadă prea mult. Se trec prin sită, apoi se toarnă în sticle care se astupă ermetic. Se sterilizează prin fierbere după tehnica arătată, în partea introductivă a capitolului.

1799. **Roșii întregi în bulion**

Se aleg roșii rotunde, coapte, cărnoase, cu semințe puține. Se spală se șterg cu un șervet și se așază în borcane de 1—2 l. Apoi borcanele se umplu cu suc de roșii, la care se adaugă sare după gust, se leagă cu celofan și se fierb în bain-Marie timp de 30 min. Se păstrează la rece.

Pentru a preîntîmpina plesnirea roșiilor în timpul sterilizării, se înțeapă fiecare roșie de cîteva ori cu o scobitoare.

1800. **Bulion de roșii**

Se aleg roșii coapte, se spală, se rup în două-trei bucăți, se pun la fiert și se lasă să clocotească circa 30 min. După aceea se dau prin sită ca să se separe pielița și semințele. Pulpa rezultată se pune în vase smălțuite sau cositorite, cu suprafață cît mai mare, pentru o evaporare cît mai bună a lichidului în timpul fierberii.

În timpul fierberii trebuie amestecat în continuu cu o lopățică de lemn (în formă de T), pentru a nu se lipi de fund. Sarea se adaugă la urmă, dizolvată în puțină apă. La 1 kg pulpă de roșii se pun 15—20 g sare. Bulionul se fierbe scăzîndu-se după dorință; este bine să se facă cît mai gros, fiindcă se păstrează mai bine. Pentru a preîntîmpina formarea mucegaiului, în fiecare borcan umplut cu bulion se toarnă deasupra cîte un strat subțire de ulei prăjit.

1801. **Bulion subțire la sticle**

Se prepară la fel ca în rețeta precedentă, numai că se fierbe puțin, ca să iasă subțire. Se toarnă în sticle de 1/2 l, lăsîndu-se loc gol de 2—3 degete, după care se adaugă un strat subțire de ulei prăjit și se astupă bine cu dopuri care se leagă cu sfoară. Sticlele cu bulion se fierb în bain-Marie timp de 1 oră, după care se pot smoli sau parafina.

1802. **Bulion de ardei grași**

Se aleg ardei grași cît mai cărnoși și de culoare roșie. Se spală, se scot cotoarele cu semințe, se îndepărtează restul rămas de la semințe, se spală din nou bine și se scurg. Ardeii se rup în bucăți și se pun la fiert cu foarte puțină apă. După ce au fert, se strecoară și se dau prin mașina de tocat carne sau prin sită. Piureul obținut se fierbe într-o cratiță smălțuită sau cositorită cu suprafață cît mai mare, pentru evaporarea lichidului în timpul fierberii. În tot timpul fierberii se amestecă cu o lopățică de lemn pentru a nu se lipi de fund. Cînd este aproape gata, se adaugă sarea (10 g la 1 kg bulion) dizolvată în zeama în care s-au fiert ardeii grași și se mai lasă pe foc 10—20 min.

Pasta (bulionul de ardei grași) se păstrează în borcane ermetic închise cu celofan. Cînd se începe folosirea, de fiecare dată se nivelează pasta din borcan, iar deasupra se toarnă ulei prăjit, pentru a se preîntîmpina formarea mucegaiului. Se păstrează la rece. Acest bulion are gust foarte plăcut și este puțin picant.

21.5. CONSERVAREA LEGUMELOR PRIN DESHIDRATARE (USCARE)

Legumele se pot usca tăiate în felii expuse la soare sau întîi opărite direct în apă sau în aburi și după aceea uscate.

Opărirea este recomandabilă întrucît la unele legume nu se distrug toate vitaminele.

1) *Opărirea legumelor prin aburire.* Legumele întregi se spală bine, se taie în felii de circa 1/2 cm grosime. În același timp se pune o cratiță cît mai largă cu apă pînă la înălțimea de 4—5 cm, pe foc. Deasupra apei se așază un grătar din șipci subțiri sau din răchită (nuiele), sub care se pun cîteva sticle culcate pentru ca grătarul să nu stea direct pe apă. Pe grătar se pun felii de legume sau de fructe, se acoperă cu un capac și se lasă focul moderat, ca să fiarbă apa lent, pînă ce legumele se opăresc (numai în aburi) și se înmoaie pe jumătate. După opărire, legumele se pot usca la soare, pe sobe de teracotă sau în cuptor, pe cărămizi acoperite cu hîrtie albă groasă. Cînd se usucă la cuptor, se lasă ușa cuptorului puțin deschisă, ca să poată ieși aburul.

2) *Uscarea în cuptor.* După ce legumele au fost pregătite așa cum s-a arătat mai înainte, opărite sau direct fără să fie opărite, se așază într-o tavă (căptușită cu hîrtie pergament sau hîrtie albă), în 2—3 straturi cu spații între ele, în formă de grătar suprapus. Se introduce tava în cuptorul potrivit de încălzit; ușa cuptorului se ține puțin deschisă sau se deschide din cînd în cînd ca să poată ieși aburul. Între timp, trebuie să se schimbe de cîteva ori poziția feliilor de legume, pentru a se usca bine pe toate părțile. Această operație se face pînă cînd legumele se vor usca complet.

Legumele se păstrează, numai dacă sînt bine uscate, în săculețe de tifon, atîrnate într-un loc uscat.

Înainte de folosire, legumele uscate se spală repede în apă călduță, altfel pierd restul de săruri minerale și vitamine.

1803. **Ardei grași uscați**

Se aleg ardei grași bine copți și numai roșii. Ardeii se pot usca fie întregi, fie tăiați în șuvițe și înșirați pe ață. Se îndepărtează codițele împreună cu cotorul și semințele, apoi se spală și se pun cu gura în jos ca să se scurgă bine. După aceea, ardeii se opăresc în apă clocotită cu sare, după gust, unde se țin 3—4 min. Apoi se scot, se clătesc în apă rece și se pun din nou cu gura în jos ca să se scurgă bine de apă. În continuare, procedeul de uscare este la fel cum s-a arătat în partea introductivă a acestui capitol, sau ardeii se înșiră pe o ață și se atîrnă într-un loc unde bate soarele.

1804. **Morcovi uscați**

Morcovii se curăță, se spală și se taie în felii subțiri, după care se opăresc în apă clocotită cu puțină sare. În continuare se procedează așa cum s-a arătat în partea introductivă a acestui capitol.

1805. **Mazăre verde uscată**

Mazărea, culeasă proaspătă, după dezghiocare, se opărește în apă sărată, după gust, ținîndu-se 4—6 min să clocotească, apoi se înlătură spuma și se strecoară. Mazărea opărită se răstoarnă pe o pînză rară sau pe un tifon care s-a întins pe o lădiță cu gura în sus. Boabele de mazăre opărite se așază răsfirate într-un singur strat și se pun afară la soare sau la orice sursă de căldură de 40—50°C.

1806. **Fasole păstăi uscată**

Se aleg păstăi tinere, cu boabe mici. Se curăță îndepărtîndu-se ațele, se spală în apă rece, după care se scurg. Păstăile astfel pregătite se opăresc în apă clocotită puțin sărată, timp de 3—4 min. Fasolea este bine opărită atunci cînd îndoind o păstaie aceasta nu se rupe. După opărire, păstăile se clătesc cu apă rece pînă la răcire, apoi se lasă să se scurgă bine. În continuare se usucă la fel ca mazărea (v. rețeta precedentă).

1807. **Pătrunjel sau țelină (rădăcină) uscate**

Pătrunjelul sau țelina (rădăcină) se spală bine, se taie în felii, în continuare procedîndu-se la fel cum s-a arătat în introducerea acestui capitol.

1808. **Ciuperci uscate**

Se aleg ciuperci tinere, proaspăt culese și sănătoase, care se curăță în așa fel ca să nu se mai spele, ștergîndu-se bine cu un șervet uscat. Se pregătesc două categorii (calități) de ciuperci: 1) ciuperci pălărioare sau ciuperci mici cu picioruşele fragede; 2) ciuperci mai mature sau cu picioruşe mai mari care se taie foarte subțire ca să se usuce cît mai repede.

Ciupercile mici și cele tăiate în felii, mai ales picioruşele, se înșiră pe ață care se întinde orizontal pe o ramă de lemn. În tot timpul uscării, ciupercile trebuie răsucite de cîteva ori pe zi ca să se usuce bine peste tot și să nu se lipească între ele. Se recomandă să se usuce cît mai repede, căci altfel fac viermi. Ciupercile uscate se păstrează în săculeți de tifon atîrnați într-un loc uscat. Înainte de a fi preparate, ciupercile uscate se pun la înmuiat în apă rece pentru 10 min, după care se spală bine pentru a se înlătura praful și se țin în apă călduță pînă se umflă. Apa în care s-au înmuiat ciupercile nu se aruncă ci se folosește la prepararea sosului sau la mîncăruri.

1809. **Legume (zarzavat) uscate, pentru ciorbe sau supe**

Legumele destinate uscării se spală bine, apoi se curăță cît mai subțire posibil și se taie numai în momentul uscării. În cazul în care legumele sînt asortate, fiind de mai multe feluri, trebuie luat din fiecare fel o cantitate potrivită, la fel cu cea folosită în stare proaspătă la supe sau la ciorbe.

După ce avem legumele în proporții potrivite și tăiate uniform, de aceeași grosime (fideluță), se pun într-un vas și peste ele se toarnă apă clocotită în care s-a pus sare după gust și se țin astfel pe foc puternic 5—6 min. Se ia vasul de pe foc, se scurg legumele de apă și se răstoarnă pe tăvi smălțuite sau pe platouri largi ca să se zvînte. După zvîntare se pun la uscat, procedîndu-se la fel ca și cu celelalte legume.

1810. **Verdețuri uscate pentru iarnă**

Frunzele de pătrunjel, mărar, tarhon, leuștean se curăță, apoi se rup de pe crenguțe, se spală de praf, se scurg bine și se răsfiră pe o planșetă, lăsîndu-se să se usuce la umbră, într-un loc ferit de vînt și de praf (de obicei în cameră pe o masă). Din cînd în cînd se amestecă.

1811. **Frunze de țelină uscate**

Frunzele de țelină sau de leuștean se rup în crenguțe cu cotor cu tot, se spală și se lasă răsfirate pe o planșetă să se zvînte la umbră. După două zile, timp în care au fost mereu amestecate, se fac bucheţele mici, se leagă lejer cu ață și se agață la umbră sub un acoperiș. După ce s-au uscat bine, se pun în pungi și se păstrează la loc uscat.

21.6. CONSERVAREA FRUCTELOR PRIN DESHIDRATARE (USCARE)

Fructele pe care le putem usca sînt următoarele: prune, pere, mere, caise, cireșe, vișine, gutui și struguri.

Uscarea fructelor la soare se face mai rar, sau numai în lunile cînd vremea este foarte caldă și uscată; totuși noaptea ele se acoperă sau se duc la bucătărie. Peste zi ele se acoperă cu tifon și se întorc periodic (de 2—3 ori pe zi) ca să se usuce uniform.

Uscarea fructelor se poate face la cuptor sau cine dispune de fructe multe poate construi un dulap-uscător, din tablă, fără fund, prevăzut cu picioare înalte de 10—11 cm, iar în interior cu rame de lemn cu plasă de sîrmă, distanțate între ele la 8—10 cm. Pe aceste plase se aranjează fructele destinate uscării, care se pregătesc astfel: fructele mari se taie în sferturi, apoi se curăță de semințe și se taie în felii. Ca să nu se înnegrească, se recomandă ca, înainte de a fi puse la uscat, fructele curățate sau numai tăiate să se pună în apă rece în care s-au dizolvat 8—10 g de acid tartic sau 2—3 g sare de lămîie la 1 l de apă, iar ca feliile de fructe să se înmoaie și să se usuce repede, acestea se opăresc 1—2 min în apă clocotită, după care se răcesc repede. În acest fel sînt distruși și fermenții care le provoacă înnegrirea. După ce se zvîntă, fructele se așază pe plase de nuiele subțiri sau pe plase de sîrmă inoxidabilă așezate pe suporturi sub care trec curenți de aer care grăbesc uscarea. Totuși, dacă vremea nu este destul de caldă și favorabilă, procesul de uscare se continuă în cuptoare sau în dulapul-uscător descris mai înainte. Dulapul se așază pe soba de gătit sau pe aragaz, la foc moderat, eventual lîngă un radiator electric și între timp se schimbă ramele cu plase între ele (cele de jos se mută sus și invers); totodată în acest timp se întorc de cîteva ori fructele, pînă se usucă la suprafață. Uscarea în cuptor sau în dulapul-uscător trebuie supravegheată îndeaproape, căci în timpul uscării produsele se pot arde. Uscarea nu trebuie să depășească de la început temperatura de 80—90°C, iar după aceea, cam după ce fructele au căpătat o crustă fină la suprafață, se micșorează temperatura și din cînd în cînd se deschide dulapul sau ușa cuptorului ca să iasă aburii. Pentru păstrare, fructele trebuie uscate foarte bine și ținute într-un loc uscat și aerisit.

1812. **Struguri uscați**

Sînt de preferat soiurile albe, cu struguri bine copți și cu bobul întreg, de culoarea chihlimbarului și cei fără sîmburi, culeși după ce s-au stafidit. Se taie ciorchini cu cozi cît mai lungi, se controlează să nu rămîn boabe stricate sau crăpate, după care se agață sub streașină, în balcon sau în orice încăpere uscată, umbroasă și bine aerisită.

1813. **Cireșe sau vișine uscate**

Se usucă foarte bine la soare, puse pe plase sau pe tifon întins pe un schelet de forma unei mese cu picioarele în sus. După ce fructele s-au zbîrcit se pot usca în continuare în cuptor, puse într-o tavă căptușită cu hîrtie albă.

21.7 CONSERVE DE LEGUME CONSERVATE PRIN STERILIZARE

1814. **Ghiveci de legume proaspete, conservat**

La prepararea ghiveciului se folosesc următoarele legume:morcovi, ardei grași, mazăre, fasole verde, bame, conopidă, țelină, roșii, vinete, dovlecei, ceapă și verdeață.

Legumele se curăță, se spală și se taie în cuburi sau în bucăți, după care se călesc pe rînd, cîte puțin, într-o tigaie cu ulei. În uleiul rămas după scoaterea ultimelor legume puțin rumenite, se pune la prăjit ceapa tăiată mărunt și după ce s-a călit puțin se stinge cu suc de roșii sau cu bulion de roșii dizolvat în apă caldă și dacă este nevoie se mai adaugă apă caldă și se lasă să dea în fiert 5—6 min. Apoi se adaugă legumele călite și cele fierte (conopida, fasolea verde, mazărea, bamele), verdeață, piper și sare după gust și toate împreună se mai lasă pe foc pînă dau bine în fiert. Ghiveciul încă fierbinte se introduce în borcane de 500 ml sau de 1 l, la care se adaugă deasupra 2—3 roșii, care au fost în prealabil opărite (date în 2—3 clocote). Se leagă apoi bine borcanele cu celofan și se sterilizează prin fierbere în bain-Marie.

1815. **Zacuscă de legume**

Această zacuscă se pregătește din legume, la fel ca în rețeta precedentă, fără să se mai folosească dovlecei, conopidă, mazăre și fasole verde.

1816. **Zacuscă de gogoșari**

20-30 gogoșari cărnoși, 20-30 ardei grași, 2-3 cepe mari, 1/2 l ulei, 1 l suc de roșii sau 1/4 kg bulion mai subțire, sare, piper.

Gogoșarii și ardeii se coc, se curăță de pieliță și se taie în pătrățele. Între timp se curăță ceapa, se taie mărunt, se pune la călit într-o cratiță cu ulei și după ce s-a călit puțin se stinge cu suc de roșii sau cu bulion de roșii dizolvat în puțină apă călduță. Se adaugă gogoșarii și ardeii tăiați, se potrivește de sare și piper după gust și se lasă să fiarbă pe foc domol 10—15 min, amestecînd din cînd în cînd, sau mișcînd și cratița, ca zacusca să nu se prindă de fund. Se toarnă zacusca fierbinte în borcane mici de 1/2 l, care au fost înfierbîntate în prealabil în cuptor. Borcanele se umplu cu 2 cm sub gură, se șterg și în fiecare se pune deasupra cîte o linguriță de ulei fierbinte. Se leagă imediat cu celofan și se înfășoară cu prosoape groase, iar deasupra se pun pături. Aceasta se face pentru a se înlocui sterilizarea. Dacă nu sînt condiții de păstrare la loc răcoros, atunci se recomandă sterilizarea, la fel ca în cap. 21.4. *Conservarea legumelor prin sterilizare.*

1817. **Zacuscă de ardei cu vinete**

Se aleg 10—20 de vinete, 10—20 de ardei grași, tot atîția gogoșari care, după ce au fost spălați și zvîntați, se trec la copt. Vinetele, după ce s-au copt, se curăță de coajă, se desfac în șuvițe și se așază pe o planșetă înclinată, ca să se scurgă din ele zeama amară. Între timp se coc ardeii și gogoșarii, se curăță de pieliță și de semințe și se taie în bucăți. Tot în acest interval de timp se curăță 1—2 kg de ceapă care se taie mărunt și se călește în 250—500 ml ulei. Cînd ceapa s-a călit puțin se adaugă 1—2 căpățîni de usturoi tăiat mărunt, cîteva roșii (din cele cărnoase și cu mai puține semințe), care au fost în prealabil opărite (date în 2—3 clocote), apoi curățate de pieliță și tăiate în bucăți și se mai lasă să fiarbă împreună 5 min. Apoi se adaugă ardeii, gogoșarii, vinetele, sare și piper după gust, se amestecă și se fierb în continuare 20—30 min, amestecînd mai des ca să nu se prindă. În caz că zacusca este prea scăzută, se poate adăuga (dar în timpul fierberii) o anumită cantitate de apă clocotită. Zacusca se pune fierbinte în borcane și se sterilizează ca în rețetele precedente.

22. *PEŞTE CONSERVAT*

1818. **Peşte sărat**

Pentru conservat se ia peşte proaspăt (de preferinţă crap), care nu prezintă nici cel mai mic semn de alterare. Se spală bine de mucus cu apă în care s-au dizolvat 20 g sare la 1 l, apoi se curăţă de solzi cu un cuţit cu vîrf ascuţit, începînd de la coadă spre cap. Capul se taie pe sub urechi, după care se scot măruntaiele. Dacă peştele are icre sau lapţi, se taie mai întîi pe burtă, fără să se atingă măruntaiele sau punguliţa cu fiere, se scot cu mare atenţie icrele sau lapţii şi după golirea măruntaielor se spală bine din nou pe dinăuntru şi pe dinafară. După această operaţie, peştele se taie în bucăţi sau se lasă întreg, se şterge bine cu un şervet uscat, sau mai întîi se pune într-un vas cu apă rece în care s-a dizolvat sare grunjoasă (20 g sare la 1 l de apă) şi se lasă astfel 1—2 ore. Se scoate apoi din apă şi se ţine atîrnat ca să se scurgă bine şi să se zvînte, după care se mai freacă cu sare. Se aşază într-o tavă smălţuită, iar între bucăţile de peşte se pun boabe de piper, ienibahar şi foi de dafin şi se ţine la rece. Cînd se foloseşte pentru consum, se ia cantitatea necesară şi se desărează cu o zi înainte, de a fi gătit, în apă puţin călduţă care se schimbă de cîteva ori.

1819. **Peşte afumat**

După ce se pregăteşte peştele aşa cum s-a arătat în reţeta precedentă, se ţine la sare 2—3 zile, după care se desărează mai mult sau mai puţin, după gust. Apoi se leagă bucăţi mari cu o sfoară sau se înşiră pe sfoară, se atîrnă pe beţe şi se afumă timp de 1—2 zile, la temperatura de 25—35°C. Dacă este bine uscat poate fi păstrat mai mult timp.

1820. **Peşte conservat în saramură**

Peştele se pregăteşte la început la fel ca în reţeta 1818 şi, în loc să se supună sărării, se introduce într-o saramură (pregătită astfel: la 1 l de apă fiartă se dizolvă 150—200 g sare, se adaugă 1—2 foi de dafin, 10 boabe de piper şi 5 boabe de ienibahar) şi se ţine la rece. După 2—3 săptămîni peştele poate fi scos din saramură şi atîrnat într-un loc cu aer uscat. După aceea se poate afuma la fel cum s-a arătat în reţeta precedentă.

1821. **Batog**

Pentru pregătirea batogului se folosește pește mare, desfăcut în bucăți (file). Batogul cel mai bun se prepară din morun, nisetru, păstrugă, somn, sau din crap mai mare, care depășește 5 kg. Peștele se curăță de solzi, apoi se face o tăietură lungă pe burtă; la crap se scot întîi icrele sau laptii și după aceea măruntaiele. Se taie capul și coada și se dau la o parte. Se desface peștele pe lungime în două jumătăți, se scoate șira spinării și pe cît posibil și oasele. Se taie bucăți groase în lungime (file), se spală în apă rece fără să se lase să stea în ea, deoarece pierde din gust și pătrunde apa în țesuturi, ceea ce îngreuiază uscarea și afumarea. Fileurile de pește se freacă cu sare, se așază într-o tavă smălțuită și se țin 10—12 zile, după care se ține la desărat în apă călduță care se schimbă pînă batogul devine potrivit de sărat. După desărare se zvîntă, se leagă cu sfoară și se atîrnă într-un loc cu curenți de aer uscat. Ca să se păstreze mai bine, batogul poate fi pus și la afumat.

1822. **Chefal sau pălămidă sărată**

Chefalul și pălămida se curăță și se sărează la fel ca în rețeta 1818.

1823. **Pește în ulei, conservat prin sterilizare**

Se poate folosi orice fel de pește mic sau mare, dar este obligatoriu să fie perfect proaspăt.

Peștele se curăță de solzi, se taie aripioarele, apoi capul și coada, după care se face o tăietură pe burtă prin care se scot măruntaiele. Dacă este mai mare, peștele se taie în bucăți, se sărează bine, după 20—30 min se spală cu apă rece, se scurge bine, apoi se lasă să se zvînte. După aceea se opărește 2—3 min într-un vas cu ulei încins care trebuie să acopere bine peștele (întreg sau bucăți). După opărire se așază îndesat în borcane împreună cu felii de lămîie curățate de coajă și de semințe, boabe de piper și foi de dafin, apoi se acoperă cu uleiul în care a fost opărit.

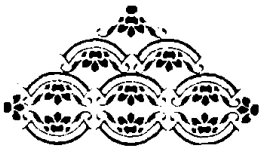
Borcanele se leagă cu două rînduri de celofan udat în apă rece și se sterilizează timp de 90—100 min în bain-Marie. Se păstrează într-un loc răcoros și ferit de lumină.

1824. **Pește în sos tomat, conservat prin sterilizare**

După ce a fost pregătit ca în rețeta precedentă, într-o parte din uleiul în care a fost opărit peștele se prăjește ceapa tăiată mărunt. După ce ceapa s-a rumenit, se stinge cu suc de roșii sau cu bulion dizolvat în puțină apă, se potrivește de sare și de oțet și se lasă 5—6 min să fiarbă. După aceea se strecoară și se toarnă peste peștele așezat în borcan împreună cu mirodenii: o foaie de dafin, boabe de piper și cîteva boabe de ienibahar. Se leagă bine borcanele cu celofan udat în apă rece și se sterilizează timp de 90—100 min în bain-Marie.

De reținut. Peștele pentru preparat cu sos tomat în loc să fie opărit în ulei poate fi prăjit în ulei.

INDEX



Afinată 1662
Afumătorie 1237
Albuș bătut 1538
Alivancă 365
Aluat de tarte fără zahăr 1441
Aluat dospit cu drojdie de bere 1404
Aluat fraged 1438
Aluat foarte fraged (pufos) 1440
Aluat (foitaj) pentru pateuri, volovane etc. 54
Aluat fraged cu bicarbonat sau cu praf de copt 1439
Aluat pentru tarte dulci 1442
Aluat rapid românesc pentru plăcintă cu brînză 1468
Aluat tip foitaj 55
Alune turcești sau arahide decorticate 1528
Andive cu maioneză 99
Andive cu smîntînă și ouă 100
Andive înăbușite 759
Andive la cuptor 758
Anghemacht de găină 986
Anghemacht de miel 1300
Anghemacht de pui 956
Anghemacht de vițel 1288
Anghinare înăbușită 756
Anghinare umplută 755
Antricot de vacă (Rostbeef) cu ceapă la tigaie 1190
Antricot de vacă cu ciuperci și costiță 1193
Antricot de vacă cu legume și smîntînă 1194
Antricot de vacă la grătar 1172
Antricot de vacă umplut cu ciuperci 1195
Antricot sau mușchiuleț afumat 1264
Ardei grași copți, în oțet 1760
Ardei grași conservați în sare 1776
Ardei grași umpluți cu ciuperci 753
Ardei grași umpluți cu oréz 752
Ardei grași umpluți cu varză, în saramură 1763
Ardei grași uscați 1803
Ardei iuți în oțet 1761
Ardei în suc de roșii 1779
Ardei pentru umplut conservați prin sterilizare 1780
Ardei umpluți cu tocătură de carne 1097
Ardei umpluți cu zarzavat în oțet 1759
Arpacaș cu nuci 907
Arpagic înăbușit 90

Aspic 1541
Aterine sau chilcă cu ceapă 409
Aterine sau chilcă prăjită 408

B

Babă (cozonac rotund și înalt) 1413
Baclava 1434
Balmuș ciobănesc 366
Bame à la grec 92
Bame cu roșii 777
Bame în suc de roșii 1781
Bame pentru gătit conservate 1782
Barot de alune sau din miez de nucă 1591
Batog 1821
Batog cu măsline 522
Bavareză cu alune 1535
Bavareză de cacao 1534
Bavareză de cafea 1532
Bavareză de caise 1529
Bavareză de ciocolată 1533
Bavareză de vanilie 1531
Bavareză de vișine 1536
Bavareză de zmeură 1530
Bezele cu nuci (fursecuri) 1517
Bezele umplute cu frișcă sau cu cremă 1518
Biftec cu ou 1165
Biftec tartar 1164
Biscuiți pentru ceai 1490
Blanchet de găină 987
Blanchet de miel cu sos alb și orez 1301
Blanchet de pui 957
Blanchet din carne de vițel cu sos alb și orez 1289
Blat alb 1542
Blat cu alune turcești 1547
Blat cu sîmburi de caise 1546
Blat cu zahăr ars 1548
Blat de cacao 1544
Blat de cacao cu nuci 1545
Blat de ciocolată cu cacao 1543
Blat de lămîie (v. 1542)
Blat de portocale 1549
Blinii 351
Bob bătut 838
Bob tînăr cu unt sau ulei 839
Borș bucovinean cu ciuperci sau hribi uscați 610
Borș bulgăresc cu legume umplute 633
Borș de cartofi 620
Borș de cartofi cu ardei grași și roșii 621
Borș de ciuperci 611
Borș de dovlecei 623
Borș de fasole verde cu smîntînă 624
Borș de iepure 642
Borș de legume (zarzavat) 603
Borș de legume cu smîntînă 604
Borș de legume de iarnă 618
Borș de legume de vară 619
Borș de legume ucrainean cu smîntînă 607
Borș de lobodă cu smîntînă 612
Borș de miel 637
Borș de perișoare 634
Borș de pește 639
Borș de pește țărănesc, din pește mărunt 641
Borș de praz 622
Borș de salată verde cu omletă 614
Borș de spanac cu omletă 615
Borș de spanac cu zarzavat 616
Borș de ștevie sau de măcriș 617
Borș de tărîțe pentru acrit 628
Borș de urzici 613
Borș de varză dulce cu smîntînă 625

Borș de verdețuri 626
Borș din cap de miel 638
Borș din cap și coadă de pește 640
Borș (esență) din sfeclă murata 666
Borș moldovenesc cu carne 629
Borș moldovenesc cu fasole albă 606
Borș moldovenesc de legume 605
Borș moldovenesc de pasăre cu tăiței 632
Borș rece din cruditați 627
Borș roșu cu colțunași (urechiușe) 608
Borș rusesc 635
Borș țărănesc cu carne 630
Borș țărănesc cu fasole albă uscată 609
Borș țărănesc de pasăre (găină) 631
Borș ucrainean 636
Brioșe 1414
Brioșe cu mere 1416
Brînzoaice 363
Brînzoaice cu brînză de oi, prăjite 364
Brînzoaice de cartofi 725
Brînzoaice poale-n brîu (plăcinte moldovenești) 1419
Budincă de alune cu frișcă 322
Budincă de ardei gras și orez 317
Budincă de brînză de vaci 298
Budincă de brînză de vaci cu stafide 323
Budincă de cacao cu sos de vanilie 327
Budincă de cartofi 299
Budincă de cartofi cu brînză 300
Budincă de cașcaval 307
Budincă de ciocolată însiropata 328
Budincă de ciuperci 303
Budincă de clătite cu brînză vaci 301
Budincă de clătite cu carne 1136
Budincă de conopidă 302
Budincă de dovlecei 312
Budincă de franzelă 305
Budincă de griș cu ciocolată 329
Budincă de griș cu mere 330
Budincă de gulii 313
Budincă de lămîie 336
Budincă de legume 315
Budincă de macaroane 308
Budincă de mazăre tînără 321
Budincă de mălai cu brînză de vaci 337
Budincă de morcovi 834
Budincă de orez cu mere 331
Budincă de orez cu sirop de zmeură sau vișine 332
Budincă de praz 314
Budincă de roșii cu orez 316
Budincă de spanac cu foi de clătite 318
Budincă de spanac cu frigănele 319
Budincă de tăiței cu brînză de vaci sau telemea 309
Budincă de tăiței cu dulceață de fructe 325
Budincă de tăiței cu mac 334
Budincă de tăiței cu mere 333
Budincă de tăiței cu nuci sau cu alune 324
Budincă de tăiței cu sos de vanilie 326
Budincă de tăiței cu varză dulce 310
Budincă de tăiței cu varză murata 311
Budincă de urdă 306
Budincă de urzici 320
Budincă de varză de Bruxelles 304
Budincă festivă de pișcoturi 335

Bulion de ardei graşi 1802
Bulion de carne sau de oase 531
Bulion de roşii 1800
Bulion subţire la sticle 1801
Buşeuri 61

C

Cacao cu lapte 1641
Cafea cu lapte 1636
Cafea filtru 1637
Cafea Marghiloman 1640
Cafea turcească 1633
Cafea vieneză 1639
Caise confiate 1691
Calcan prăjit 416
Calcan rasol 415
Caltaboşi afumaţi 1247
Caltaboşi calzi în zeama lor 1246
Caltaboşi cu măruntaie 1244
Caltaboşi cu orez şi sînge 1245
Caltaboşi cu şorici şi cu sînge 1248
Canapele sufleu 25
Cap de porc cu mujdei de usturoi 1230
Cap şi picioare de viţel în sos vinegretă 1298
Caracudă prăjită 418
Crap prăjit 417
Carne cu bame 1072
Carne cu castraveţi muraţi 1076
Carne cu ciuperci proaspete 1077
Carne cu ciuperci uscate 1078
Carne cu conopidă 1070
Carne cu dovlecei 1079
Carne cu fasole albă uscată 1075
Carne cu fasole verde 1074
Carne cu gutui 1089
Carne cu legume 1061
Carne cu mazăre 1071
Carne cu morcovi 1081
Carne cu prune uscate 1088
Carne cu roşii 1082
Carne cu spanac 1084
Carne cu stufat (ceapă şi usturoi verde) 1085
Carne cu tarhon sau cu mărar 1080
Carne cu ţelină 1083
Carne cu varză dulce (proaspătă) 1087
Carne cu varză murată 1086
Carne cu vinete 1073
Carne de porc la tigaie (sote) 1213
Carne de purcel pentru diferite mîncăruri 1287
Carne la tigaie (reţetă de bază) 1149
Carote sau morcovi sote 828
Cartofi brutăreşti cu ceapă 699
Cartofi copţi 683
Cartofi copţi la cuptor 700
Cartofi copţi la cuptor felii rondele 701
Cartofi copţi simpli 751
Cartofi copţi umpluţi cu brînză 713
Cartofi cu brînză şi smîntînă, gratinaţi 724
Cartofi cu ceapă şi usturoi 711
Cartofi cu ciuperci 691
Cartofi cu măsline 693
Cartofi cu praz 694
Cartofi cu orez 695
Cartofi cu sfeclă 706
Cartofi cu sfeclă şi ciuperci uscate 707
Cartofi cu varză murată 708
Cartofi din biscuiţi (trufe cu cacao) 1491
Cartofi ducesa (Duchesse) 702
Cartofi fierţi cu ceapă prăjită 682
Cartofi fierţi cu unt 680

Cartofi fierți cu unt și brînză 681
Cartofi franțuzești 697
Cartofi gratinați 696
Cartofi gratinați rapid 698
Cartofi iahnie 692
Cartofi înăbușiți 689
Cartofi jumătăți umpluți 712
Cartofi la tigaie 690
Cartofi noi cu smîntînă 703
Cartofi noi cu sos de mărar 704
Cartofi noi cu usturoi 715
Cartofi noi sote, cu mărar 705
Cartofi pai 686
Cartofi piure 710
Cartofi piure gratinați 709
Cartofi prăjiți 685
Cartofi sote 684
Cartofi sufle 688
Cartofi șip cu cașcaval 687
Cartofi umpluți cu carne 1101
Cartofi umpluți cu ciuperci 714
Casată (înghețată asortată) 1735
Casolet de gîscă sau rață 1032
Castane cu frigănele 852
Castane glasate în sistem vegetarian 853
Castraveciori și roșii marinate 1753
Castraveți în oțet 1752
Castraveți murați ca la Rădăuți 1751
Castraveți murați rapid, pentru consum temporar 1750
Castraveți umpluți cu brînză telemea 857
Castraveți umpluți cu carne 1099
Castraveți umpluți vegetarieni 856
Cașcaval la capac 369
Cașcaval sau altă brînză la tigaie, cu ou 370
Cataif cu frișcă 1437
Căprioară 1401
Cegă, calcan sau cod gratinat 427
Cegă prăjită 426
Cegă rasol 425
Chebab 1212
Chec de albuș 1500
Chec fără grăsime, cu nuci 1503
Chec pufos cu ulei 1502
Chec simplu 1501
Chefal 469
Chefal à la grec 430
Chefal prăjit 429
Chefal sau pălămidă sărată 1822
Chifle umplute cu ciuperci 29
Chiftele 1115
Chiftele de vinete 892
Chiftele din carne de pasăre 995
Chiftele marinate 1117
Chiftele speciale (micuțe) 1116
Chifteluțe cu ciuperci 1120
Chifteluțe cu mărar 1118
Chifteluțe cu tarhon 1119
Chifteluțe de cartofi 728
Chifteluțe de cartofi copți la cuptor 730
Chifteluțe de cartofi pane 731
Chifteluțe de pește de apă dulce sau oceanic 454
Chifteluțe din dovlecei I 774
Chifteluțe din dovlecei cruzi II 775
Chifteluțe dulci din cartofi 729
Chifteluțe în sos de smîntînă 1121
Chifteluțe speciale (micuțe) de pasăre 996
Chiseliță de mere sau alte fructe 1650
Chiseliță de vișine 1649
Chișcă (rețetă bucovineană) 1253
Chitici 470
Chitici prăjiți 471
Choux à la crème cu frișcă 1482
Ciocolată cu lapte 1642
Ciorbă ardelenească din piept de porc 645

Ciorbă de burtă 643
Ciorbă de cartofi cu iaurt și gălbenușuri 662
Ciorbă de cartofi cu legume 663
Ciorbă de dovlecei 654
Ciorbă de fasole uscată 659
Ciorbă de fasole verde 660
Ciorbă de fazan à la grec 1369
Ciorbă de legume à la grec 653
Ciorbă de legume moldovenească 652
Ciorbă de perișoare à la grec 647
Ciorbă de potroace 648
Ciorbă de potroace à la grec 649
Ciorbă de salată verde, vegetariană 656
Ciorbă de sfeclă 655
Ciorbă de varză acră 657
Ciorbă de varză dulce 658
Ciorbă pescărească, ca în Delta Dunării 650
Ciorbă țărănească cu carne de vacă 644
Ciorbă țărănească de cartofi 661
Ciorbă țărănească de legume 651
Ciorbă țărănească de pui 646
Cireșe sau vișine uscate 1813
Citronadă 1647
Ciulama de ciuperci 810
Ciulama de porumbei 1052
Ciulama de prepeliță 1344
Ciulama de pui 958
Ciuperci à la grec 40
Ciuperci cu maioneză 102
Ciuperci cu măsline 803
Ciuperci cu ochiuri 804
Ciuperci cu orez (pilaf) 805
Ciuperci cu roșii 792
Ciuperci cu roșii și ardei grași 793
Ciuperci cu sfeclă și usturoi 806
Ciuperci cu smîntînă 794
Ciuperci cu usturoi 103
Ciuperci fierte conservate 1786
Ciuperci gratinate 808
Ciuperci înăbușite conservate 1787
Ciuperci înăbușite cu carne, conservate 1788
Ciuperci înăbușite cu pește, conservate 1789
Ciuperci în cocă de clătite 809
Ciuperci la cuptor 41
Ciuperci la tigaie 789
Ciuperci marinate în oțet 1771
Ciuperci pane 790
Ciuperci sote-călite 791
Ciuperci umplute 42
Ciuperci uscate 1808
Ciuperci (hribi, mînătărci, ghebe etc.) uscate, cu smîntînă 799
Ciuperci uscate cu usturoi 800
Cîrnați afumați și uscați 1274
Cîrnați de Buzău cu carne de oaie 1311
Cîrnați de Cluj 1279
Cîrnați haiducești 1280
Cîrnați măcelărești de Burdujeni 1276
Cîrnați oltenești 1275
Cîrnați proaspeți pentru prăjit 1273
Cîrnați țărănești 1277
Clătite cu brînză de vaci 339
Clătite cu ciuperci 341
Clătite cu dulceață 345
Clătite cu dulceață gratinate 346
Clătite cu fructe, flambate 349
Clătite cu marmeladă 347
Clătite cu mere 348
Clătite de mere sufleu 350
Clătite cu piure de cartofi și sos de roșii sau smîntînă 344
Clătite cu piure de spanac 342
Clătite cu spanac și cașcaval 343
Clătite cu urdă și mărar 340
Clătite umplute cu carne 1134

Clătite umplute cu şuncă şi ciuperci 1135
Cocă pentru colţunaşi 377
Cocă pentru tăiţei 378
Cocă pripită 56
Coji de portocale confiate 1688
Colac tradiţional de nuntă 1427
Colţunaşi cu brînză de vaci şi smîntînă 379
Colţunaşi cu brînză telemea 380
Colţunaşi cu brînză telemea şi cartofi 383
Colţunaşi cu carne 1133
Colţunaşi cu cartofi 727
Colţunaşi cu umplutură de ciuperci 384
Colţunaşi cu vişine 382
Colţunaşi umpluţi cu varză călită 381
Compot de caise, reţetă de bază pentru iarnă 1684
Compot de caise sau de prune 1680
Compot de cireşe 1682
Compot de mere sau de pere 1679
Compot de piersici 1681
Compot de revent (rubarbă) 1683
Compoturi din diferite fructe pentru iarnă 1685
Conopidă conservată 1783
Conopidă cu ciuperci 785
Conopidă cu ciuperci şi maioneză 786
Conopidă cu maioneză 101
Conopidă cu smîntînă 780
Conopidă cu unt sote 778
Conopidă cu unt şi caşcaval 779
Conopidă cu unt şi pesmet (conopidă poloneză) 782
Conopidă gratinată 783
Conopidă marinată 1755
Conopidă pane 781
Consommé cu gălbenuşuri 533
Consommé cu pai parmezan 534
Consommé cu pateuri cu carne sau cu brînză 535
Consommé cu piept de pasăre 536
Consommé din fazan 537
Consommé din oase de vacă 532
Cornet pentru şpriţat cu unt sau cu creme 82
Cornuleţe cu carne I 1130
Cornuleţe cu carne II 1131
Cornuleţe cu diferite umpluturi 1428
Cornuleţe fragede cu nuci 1485
Cornuri cu nuci sau cu mac 1415
Cornuri umplute cu brînză 27
Cotlet de porc cu ciuperci 1225
Cotlet de porc cu sos portughez 1227
Cotlet de porc în aspic 1228
Cotlet de porc la grătar 1173
Cotlet de porc la tavă 1181
Cotlet de porc natur 1224
Cotlet de porc sau de viţel cu sos picant 1226
Cotlet de porc sau de viţel pane 1223
Cotlet umplut 1171
Cozi de raci pe salată à la rus 521
Cozonac (pască) cu brînză de vacă 1409
Cozonac cu miez de nucă 1407
Cozonac cu stafide 1406
Cozonac moldovenesc 1408
Cozonac simplu 1405
Crap à la grec 436
Crap cu ciuperci 434
Crap cu ciuperci şi smîntînă 444
Crap cu orez (pilaf de peşte) 447
Crap cu usturoi 407
Crap întreg la cuptor 457

Crap la cuptor cu sos scordolea de nuci 451
Crap la grătar 433
Crap la proțap (rețetă turistică) 456
Crap marinăresc 438
Crap pescăresc 435
Crap pe varză 443
Crap prăjit 431
Crap rasol 432
Crap, sau alt pește, sîrbesc 442
Crap sau altă specie de pește cu roșii 446
Crap sărat cu usturoi (scordolea a la Moldova) 512
Crap sărat prăjit 511
Crap sărat preparat în diverse feluri 513
Crap umplut cu ciuperci 449
Crap umplut cu orez și stafide 448
Crap umplut cu umplutură de pește 450
Cremă aparel cu cacao 1584
Cremă aparel cu cacao și cu pralină de nuci sau de alune 1587
Cremă aparel cu cafea 1585
Cremă aparel cu ciocolată 1586
Cremă de alune 1574
Cremă de cacao 1576
Cremă de cafea 1575
Cremă de ciocolată 1577
Cremă de miez de nucă 1578
Cremă de migdale 1579
Cremă de unt rece 1580
Cremă de vanilie cu unt 1590
Cremă de vanilie pentru cremșnit și ecler 1589
Cremă de zahăr ars (cremă caramel) 1524
Cremă de zeamil sau amidon de grîu 1588
Cremă pe bază de fondant (șerbet) 1573
Cremă rece cu cacao sau cu alte componente 1581
Cremă rece cu ciocolată 1582
Cremă-spumă de albuș cu căpșune 1610
Cremă-spumă de albuș cu fragi sau cu zmeură 1611
Cremă-spumă de fructe cu frișcă 1609
Cremvurști de casă 1281
Crochete cu carne 1132
Crochete de cartofi 64
Crochete de cartofi simple 720
Crochete de ciuperci 62
Crochete de ciuperci și orez 63
Crochete de fasole verde 851
Crochete de legume 66
Crochete de pasăre 999
Crochete de pește de apă dulce sau oceanic 455
Crochete de varză 65
Crușon 1652
Crutoane cu cașcaval 26
Crutoane de pîine albă sau de franzelă 668
Cubulețe de cașcaval pane 28
Cubulețe de griș pentru supă 669
Culibiaca cu carne 1113
Curcan cu măsline 1023
Curcan cu varză 1028
Curcan umplut 1003
Curcan umplut cu castane 1025
Curcan umplut cu ciuperci 1026
Curcan umplut cu nuci 1027
Cvas de pîine 664

D

Degețele de cartofi 716
Doboș tort 1566
Dovlecei à la grec 93
Dovlecei conservați 1784
Dovlecei cu mărar și smîntînă 769

Dovlecei cu orez 772
Dovlecei cu unt 760
Dovlecei cu unt, smîntînă şi caşcaval 762
Dovlecei cu unt şi smîntînă 761
Dovlecei gratinaţi 767
Dovlecei în floare cu mărar 768
Dovlecei prăjiţi 763
Dovlecei prăjiţi-pane în caşcaval 765
Dovlecei prăjiţi-pane în făină 764
Dovlecei prăjiţi-pane în pesmet 766
Dovlecei umpluţi cu carne 1098
Dovlecei umpluţi cu orez 773
Drob de miel 1331
Drob de miel în foi de clătite 1332
Dulceaţă de caise 1697
Dulceaţă de caise coapte, umplute cu sîmburi 1698
Dulceaţă de caise verzi 1702
Dulceaţă de căpşune 1712
Dulceaţă de cireşe albe sau roşii 1715
Dulceaţă de cireşe amare 1716
Dulceaţă de coacăze roşii 1704
Dulceaţă de coji de pepeni verzi 1707
Dulceaţă de coji de portocale 1705
Dulceaţă de fragi 1711
Dulceaţă de gutui 1700
Dulceaţă de gutui rase sau tăiate tăiţei 1699
Dulceaţă de mure 1713
Dulceaţă de nuci verzi 1708
Dulceaţă de portocale 1706
Dulceaţă de prune brumării cu miez de nucă 1701
Dulceaţă de prune verzi 1703
Dulceaţă de trandafiri 1714
Dulceaţă de zmeură 1710
Dulceaţă de vişine 1709

E

Ecler cu cremă de cacao şi glasat 1480
Ecler cu cremă de vanilie 1479
Escalop cu sos de ciuperci 1202
Escalop cu sos de lămîie 1204
Escalop de iepure cu ciuperci 1390
Escalop de iepure natur 1389
Escalop natur 1201
Escalop portughez 1203

F

Fasole bătută 841
Fasole boabe (uscată) fiartă 840
Fasole păstăi conservată 1791
Fasole păstăi conservată în sare 1774
Fasole păstăi uscată 1806
Fasole verde gratinată 850
Fasole verde cu pesmet prăjit 848
Fasole verde cu smîntînă 847
Fasole verde cu sos picant 846
Fasole verde (păstăi) sote, 845
Fazan 1353
Fazan cu ciuperci 1360
Fazan cu mazăre 1358
Fazan cu măsline 1362
Fazan cu mujdei de usturoi 1366
Fazan cu smîntînă 1365
Fazan cu sos sivet (sive) 1367
Fazan fript 1354
Fazan înăbuşit 1355
Fazan pane 1357
Fazan servit în penaj 1359
Fazan umplut 1361
Ficat cu unt şi lămîie (à la meunière) 1040
Ficat de gîscă pane 1039

Ficat prăjit cu ceapă 1318
Ficăței de pui în aspic 976
Ficăței de pui sote 975
Fierberea cremelor în baie de apă (bain-Marie) 1583
Fierberea sosurilor dulci 1612
File de morun sau nisetru în aspic 481
File de pește oceanic pane 421
File de pește pane 403
File de șalău cu ciuperci, gratinat 492
File de șalău gratinat 491
File de șalău pe salată à la rus 485
Flancuri cu caise sau cu portocale 1475
Foi crocante pentru tort (în loc de blat) 1550
Foi de clătite 338
Foi de plăcintă de bază 1429
Foi de ruladă albe pentru tort 1551
Foi de ruladă colorate 1552
Foi de viță conservate în sare 1775
Foi mereng (meringues) 1554
Foi pentru tort „Doboș" 1553
Foitaj (aluat franțuzesc) de bază 1469
Fondant (șerbet) de bază pentru creme și glazuri 1572
Franzelușe cu sos de vin (desert) 1424
Frecăței 677
Frecăței cu lapte 678
Frigănele de cartofi 735
Frigănele de conopidă 784
Frigănele de franzelă 396
Frigănele de mămăligă 397
Frigărui asortate din carne și organe 1211
Frigărui de berbec (chebab) 1306
Frigărui de morun sau nisetru 477
Frigărui din carne de porc 1210
Friptură asortată (Mixt grills) 1176
Friptură de curcan în aspic 1022
Friptură de curcan la tavă 1021
Friptură de iepure împănată cu slănină 1386
Friptură de miel 1304
Friptură de oaie sau de miel haiducească 1313
Friptură de pasăre 984
Friptură de piept de porc la tavă 1184
Friptură de porc cu ciuperci 1189
Friptură de porc cu salată de cartofi 1188
Friptură de porc în cantități mai mari, pentru mese festive 1183
Friptură de porc la tavă 1180
Friptură de porc marinată 1187
Friptură de rasoluri de porc 1185
Friptură de vacă la tavă 1182
Friptură din pulpă de berbec 1305
Friptură înăbușită (rețetă generală) 1148
Friptură la tavă, procedeu general 1179
Frișcă bătută 1540
Fructe glasate pentru deçorarea torturilor 1692
Frunze de țelină uscate 1811
Fudulii de berbec la grătar 1329
Fursecuri delicioase și spornice 1495
Fursecuri din compoziție de turtă dulce 1497
Fursecuri simple 1494
Fursecuri umplute cu cremă de cacao 1496

G

Galantină de fazan 1363
Galantină de pasăre 1008

Găină cu ciuperci 993
Găină înăbușită, servită cu sosuri diferite 983
Găină la ceaun cu roșii 992
Găină rasol cu sos de roșii sau orice fel de sos 981
Găină rasol cu sos suprem 982
Găină umplută 1002
Găină umplută cu pesmet și miez de nucă 985
Gălbenușuri de ouă 1539
Găluște de cartofi cu ceapă călită 717
Găluște de cartofi cu prune 719
Găluște de cartofi simple 718
Găluște de franzelă (knedel) 1323
Găluște de griș 672
Găluște de griș fără grăsime 671
Găluște din brînză de vaci 375
Găluște din făină și unt 673
Gem de caise sau de prune 1696
Ghebe cu smîntînă 797
Ghebe cu usturoi 798
Ghiveci cu carne 1062
Ghiveci cu carne de miel sau de berbec 1308
Ghiveci cu carne de pui 947
Ghiveci de cartofi 744
Ghiveci de crap, sau alte specii de pește 445
Ghiveci de legume proaspete conservat 1814
Ghiveci de morun sau nisetru 479
Ghiveci de păstrăvi 466
Ghiveci gătit conservat 1785
Ghiveci în ulei 98
Ghiveci măcelăresc 1063
Gîscă cu varză murată 1034
Gîscă sau rață cu ciuperci 1030
Gîscă sau rață friptă la cuptor 1029
Gîscă sălbatică cu ciuperci 1372
Gîscă sălbatică cu măsline 1371
Gîscă sălbatică cu varză murată 1373
Gîscă sălbatică la tavă 1370
Gîscă umplută 1033
Gît de gîscă umplut 1038
Glazură aromată 1598
Glazură de albuș albă 1596
Glazură de albuș colorată 1597
Glazură de cacao 1593
Glazură de ciocolată 1594
Glazură de fondant (șerbet) 1595
Glazură de zahăr ars (caramel) 1592
Gogonele murate 1764
Gogoșari copți în oțet 1762
Gogoșari în oțet 1757
Gogoșari tăiați în oțet 1758
Gogoșele cu cartofi 723
Gogoșele de albuș de ou 60
Gogoșele de cartofi cu cașcaval 59
Gogoșele de cocă rapide 395
Gogoși 1417
Gogoși cu cremă (choux à la crème) 1481
Gogoși din aluat opărit (gogoși franțuzești) 1483
Gogoși din cartofi (desert) 722
Gogoși pripite cu cartofi 58
Gogoși umplute cu marmeladă sau cu gem 1418
Gogoși umplute din cocă pripită 57
Grătar (rețetă generală) 1147
Griș cu lapte 909
Griș cu lapte și cu dulceață 910
Grîu cu nuci (colivă) 906
Grog 1644
Gulaș de carne cu cartofi și chimen 1066
Gulaș de pui cu găluște 955
Gulii cu smîntînă 859

Gulii pane 860
Gulii sote cu unt 858
Gulii umplute cu orez 862
Gulii umplute cu carne 1100
Gustări din legume, ouă, brînzeturi și pește 88
Gustări din legume, ouă, pește și preparate de carne 89
Gustări din legume, ouă și brînzeturi I 85
Gustări din legume, ouă și brînzeturi II 86
Gustări din legume, ouă și brînzeturi III 87
Gustări la scobitoare 84
Gușă de curcan umplută 1037
Guvizi prăjiți 458

H

Halva de griș 1525
Hribi cu smîntînă 796
Hrișcă cu unt sau cu lapte 908

I

Iahnie de ciuperci 811
Iahnie de dovlecei 770
Iahnie de fasole 844
Icre de crap sau de știucă 147
Icre de fasole (icre vegetariene) 843
Icre de heringi sau tarama 148
Icre de Manciuria 149
Icre negre 150
Iepure cu legume 1387
Iepure cu măsline gătit grecește 1388
Iepure de casă 1394
Iepure de casă cu ciuperci 1395
Iepure de casă cu măsline 1398
Iepure de casă cu smîntînă 1396
Iepure de casă cu sos alb 1397
Iepure de casă pane 1399
Imitație de vermut 1663
Intestine și măruntaie de sitari 1350
Iofcă cu brînză de oi 368

Î

Înghețată „Coupe-Jacques" 1736
Înghețată cu sîmburi de caise sau arahide 1727
Înghețată de alune sau de migdale 1725
Înghețată de cacao 1723
Înghețată de cafea 1719
Înghețată de caise 1720
Înghețată de ciocolată 1722
Înghețată de ciocolată sau de cacao cu frișcă 1724
Înghețată de cireșe amare cu frișcă 1733
Înghețată de cireșe amare simplă 1734
Înghețată de fragi, de căpșune sau de zmeură 1721
Înghețată de lămîie 1728
Înghețată de lămîie cu zeamil și gelatină 1729
Înghețată de portocale 1730
Înghețată de portocale cu coji de portocale confiate 1731
Înghețată de praline (nuci pralinate) 1726
Înghețată de vanilie 1718
Înghețată de vișine cu frișcă 1732
Învîrtită 1425
Învîrtită cu miez de nucă 1426

J

Jeleu de caise 1604
Jeleu de coacăze roşii 1608
Jeleu de coarne 1602
Jeleu de corcoduşe 1603
Jeleu de gutui 1607
Jeleu de vişine 1605
Jeleu de zmeură 1606
Jumări cu brînză telemea 255
Jumări cu caşcaval 254
Jumări cu ceapă 257
Jumări cu cîrnaţi şi costiţă afumată 261
Jumări cu roşii 256
Jumări cu slănină afumată 259
Jumări cu şuncă 260
Jumări cu verdeaţă 258
Jumări de la topirea slăninii 1231
Jumări de ouă (scrob) 252
Jumări de ouă cu smîntînă 253

K

Kievskaia (piept de pasăre pane à la Kiev) 988

L

Lapte de pasăre 1523
Lapţi de crap prăjiţi 441
Lebărvurşt I 1254
Lebărvurşt II 1255
Legume (zarzavat) uscate pentru ciorbe sau supe 1809
Lichior de anason sau de chimen 1655
Lichior de cafea 1654
Lichior de cireşe amare 1658
Lichior de coarne 1657
Lichior de nuci verzi 1656
Lichior de portocale 1653
Lichior de zmeură 1659
Limbă cu mărar sau cu tarhon 1316
Limbă cu măsline 1315
Limbă cu sos tomat 1317
Limbă de porc sau de vacă afumată 1262
Lin prăjit 459
Lintzer cu mere (plăcintă) 1453
Lintzer cu nuci şi marmeladă 1454
Lişiţă cu castraveţi muraţi 1385
Lişiţă cu ciuperci 1383
Lişiţă cu măsline 1382
Lişiţă cu varză murată 1384
Lişiţă la tavă cu sos picant 1381

M

Macaroane cu carne 1137
Macaroane cu ciuperci şi sos tomat 394
Macaroane cu şuncă şi cu sos tomat 1138
Macaroane gratinate 374
Macaroane milaneze 1139
Macaroane sau alte paste făinoase cu brînză 373
Macaroane, tăiţei sau fidea cu sos de roşii 393
Maioneză 168
Marinarea cărnii 1236
Marinată (baiţ) cu legume crude, pentru carne de vînat 1334
Marinată (baiţ) pentru macerarea rapidă a cărnii de vînat 1333
Marinată fiartă (baiţ) pentru carne de vînat 1335
Marinată de crap sau alte specii de peşte 440
Marinată de morun sau nisetru 480
Marinată de somn 501

Marmeladă de caise 1695
Marmeladă de mere, de pere sau de prune 1694
Mazagran 1638
Mazăre bătută 815
Mazăre boabe conservată 1790
Mazăre cu măsline și arpagic 819
Mazăre cu orez „rizi-bizi" 821
Mazăre cu roșii 820
Mazăre fiartă natur 824
Mazăre păstăi cu unt 822
Mazăre păstăi cu unt și smîntînă 823
Mazăre sote 816
Mazăre sote cu frigănele 817
Mazăre verde cu smîntînă 818
Mazăre verde uscată 1805
Mălai cu brînză de vaci 367
Mămăligă din cartofi 750
Mămăligă v. 376
Mămăliguță cu brînză și ouă la cuptor 376
Măsline marinate 34
Măsline umplute 35
Medalioane de șalău sau de orice pește alb, știucă sau cod 489
Medalion de mușchi de vacă sau de porc 1177
Medalion de pasăre 1010
Medalion de porc cu ciuperci 1200
Medalion de porc cu sos picant 1199
Melci cu mujdei de usturoi 516
Mere în foitaj 1474
Mereng 1515
Mereng cu cremă de ciocolată 1516
Midii sau stridii pane 525
Miel cu spanac 1303
Miel cu verdețuri (caparma) 1309
Miel pane 1302
Minciunele 1499
Mistreț 1403
Mîncare de ardei grași 754
Mîncare de cartofi cu castraveți murați 741
Mîncare de cartofi cu roșii 740
Mîncare de castraveți cruzi 855
Mîncare de castraveți murați 854
Mîncare de ciuperci cu cartofi 807
Mîncare de ciuperci proaspete 801
Mîncare de ciuperci uscate 802
Mîncare de conopidă 788
Mîncare de dovlecei 776
Mîncare de fasole verde 849
Mîncare de gulii 861
Mîncare de gutui 399
Mîncare de mazăre uscată 826
Mîncare de mazăre verde 825
Mîncare de morcovi 832
Mîncare de morcovi cu smîntînă și turnătei 833
Mîncare de prune uscate 398
Mîncare de spanac 872
Mîncare de varză murată 883
Momițe la grătar 1328
Morcovi cu mazăre sote 829
Morcovi înăbușiți cu smîntînă 830
Morcovi uscați 1804
Morun sau nisetru la grătar 476
Morun sau nisetru pane 478
Morun sau nisetru prăjit 475
Morun sau nisetru rasol servit cald 472
Mucilagiu de orez (decoct de orez) 903
Murături asortate 1765
Musaca de cartofi 1140
Musaca de cartofi cu varză 739
Musaca de cartofi piure 1143
Musaca de cartofi vegetariană 737
Musaca de dovlecei 1141
Musaca de macaroane 1144
Musaca de țelină 1142
Musaca de varză albă 1146

Musaca de vinete 1145
Musaca de cartofi, vinete și brînză 738
Mușchi de porc împănat, la frigare 1161
Mușchi de porc la grătar 1174
Mușchi de porc și de vacă „Flora Bucovinei" 1166
Mușchi de vacă cu ciuperci 1157
Mușchi de vacă cu sos de vin și macaroane 1168
Mușchi de vacă glasat 1152
Mușchi de vacă împănat cu costiță 1153
Mușchi de vacă în foitaj 1151
Mușchi de vacă la frigăruie 1160
Mușchi de vacă la grătar (Chateaubriand) 1162
Mușchi de vacă la tavă 1150
Mușchi de vacă sau de porc cu sos picant 1167
Mușchi de vacă umplut 1154
Mușchi de vacă umplut ca o ruladă 1158
Mușchi de vacă umplut cu ciuperci și orez 1156
Mușchi de vacă umplut cu ficat 1155
Mușchi de vacă umplut cu ouă fierte 1159
Mușchi de vacă vînătoresc cu găluște de franzelă 1169
Mușchi tocat I 1125
Mușchi tocat II 1126
Mușchiuleț de porc la grătar 1175
Mușchiuleț de porc umplut 1170

N

Napi cu pesmet a la polonez 837
Napi cu smîntînă 836
Napi cu unt 835
Napolitane cu cremă de cacao 1519
Napolitane cu miere de albine și nuci 1520
Nescafe la ceașcă 1634
Nuci glasate 1693
Nuci glasate (deliciu pentru șpriț) 1526
Nuci praline pentru cremă aparel 1588
Nuci pralinate cu sare, pentru bere 1527
Nuga 1521

O

O mie de foi cu gem de caise 1471
O mie de foi (miille feuilles) cu pastă de mere 1470
Oase afumate 1263
Ochiuri cu ceapă 244
Ochiuri cu piure de cartofi 241
Ochiuri cu piure de spanac 242
Ochiuri cu piure de urzici 243
Ochiuri cu smîntînă I 248
Ochiuri cu smîntînă II 249
Ochiuri în sos alb, gratinate 247
Ochiuri moldovenești (papară) 251
Ochiuri românești 238
Ochiuri românești cu mămăligă 239
Ochiuri românești cu mămăligă, la cuptor 240
Ochiuri românești cu roșii 245
Ochiuri românești cu orez și roșii 246
Ochiuri simple la capac 250
Omletă cu brînză telemea 266

Omletă cu cartofi 267
Omletă cu caşcaval 263
Omletă cu ceapă 265
Omletă cu ciuperci 269
Omletă cu ficăţei de pasăre 272
Omletă cu mere 274
Omletă cu muşchi afumat sau cu cîrnăciori 271
Omletă cu piure de spanac 273
Omletă cu roşii 268
Omletă cu spanac 874
Omletă cu şuncă 270
Omletă cu verdeţuri (mărar, pătrunjel) 264
Omletă simplă (de bază) 262
Omletă sufle cu marmeladă 275
Oranjadă 1648
Orez cu caise 899
Orez cu frişcă imitată (desert delicios) 898
Orez cu lapte 894
Orez cu lapte şi ciocolată 895
Orez cu mere 897
Orez cu pere şi frişcă 896
Orez cu portocale (mîncare) 901
Orez cu prune uscate 904
Orez cu roşii à la portughez 905
Orez cu stafide, desert 902
Orez cu struguri tămîioşi (mîncare) 900
Orez pentru supă 674
Ostropel de fazan 1364
Ostropel de găină 1007
Ostropel de pui 959
Ostropel de raţă sălbatică 1376
Ostropel din carne de pasăre, vită sau porc 1067
Ouă aşezate în gogoaşă de cartofi 234
Ouă cleioase cu spanac 226
Ouă cleioase cu spanac gratinat 227
Ouă cu cartofi piure şi sos tomat 230
Ouă cu ciuperci gratinate 231
Ouă cu maioneză 213
Ouă cu maioneză — salată 212
Ouă cu roşii (coşuleţe) 218
Ouă cu sos tartar 220
Ouă cu unt şi muştar 233
Ouă fierte cleioase 224
Ouă fierte tari 225
Ouă în chifle 236
Ouă la ceaşcă 235
Ouă „mimoza" 221
Ouă moi 223
Ouă moi cu sos alb gratinate 228
Ouă moi în sos de roşii 229
Ouă pane 237
Ouă pe salată de legume (à la rus) 214
Ouă surpriză 222
Ouă ţărăneşti cu ceapă 232
Ouă umplute (ciupercuţe) 217
Ouă umplute cu brînză de vaci 216
Ouă umplute cu brînză telemea 215
Ouă umplute cu pastă de ciuperci 219

Pacea din picioare de viţel fierte 1299
Pană de somn cu usturoi 495
Pandişpan 1504
Pandişpan cu vişine 1505
Papanaşi fierţi 362
Papanaşi prăjiţi 361
Papară cu mămăligă şi brînză 371
Papară de franzelă cu brînză de vaci 372
Papricaş de carne cu cartofi 1065

Papricaș de carne cu găluște 1064
Papricaș de cartofi cu găluște 721
Papricaș de crap, somn, șalău sau cod 452
Papricaș de găină 990
Papricaș de pui cu cartofi 964
Papricaș de pui cu cartofi și ciuperci 966
Papricaș de pui cu găluște 963
Papricaș de pui cu smîntînă 965
Parfe de cacao 1737
Parfe de ciocolată 1738
Pasăre cu dovlecei sau cu mazăre 1005
Pasăre cu legume (ghiveci sîrbesc) 991
Pască cu orez 1412
Pască cu cremă de nuci 1410
Pască cu smîntînă 1411
Pastă de brînză telemea 67
Pastă de cartofi cu măsline 742
Pastă de cartofi picantă 743
Pastă de caşcaval 70
Pastă de ficat în aspic 81
Pastă de gutui 1717
Pastă de măsline I 73
Pastă de măsline II 74
Pastă de ou 72
Pastă de pește 76
Pastă de sardele 75
Pastă de șuncă 77
Pastă de urdă cu mărar 71
Pastă din brînză de vaci 69
Pastă din carne fiartă sau friptă 78
Pastă picantă din brînză de oaie cu chimen 68
Pastă din ficat de pasăre 79
Pastă din ficat de porc sau de vită 80
Pastramă de gîscă 1036
Pastramă de oaie 1314
Pastramă de pasăre 1011
Pastramă din carne de porc 1261
Pateu de gîscă în aspic 1035
Pateu de iepure 1392
Pateu de iepure de casă 1400
Pateu de iepure simplu 1393
Pateuri cu brînză 46
Pateuri cu ciuperci 47
Pateuri pentru supe-creme și borșuri 679
Patricieni din carne de berbec 1312
Pălămidă 468
Păstrarea ardeilor grași 1744
Păstrarea cartofilor 1740
Păstrarea cepei 1747
Păstrarea conopidei 1746
Păstrarea morcovului, pătrunjelului sau altor legume rădăcinoase 1741
Păstrarea pătrunjelului cu verdeață 1749
Păstrarea roșiilor I 1742
Păstrarea roșiilor II 1743
Păstrarea usturoiului 1748
Păstrarea verzei 1745
Păstrăvi à la grec 462
Păstrăvi cu mujdei de usturoi 461
Păstrăvi cu smîntînă 467
Păstrăvi în aspic 464
Păstrăvi în aspic cu salată à la rus 465
Păstrăvi prăjiți 463
Păstrăvi rasol 460
Pătrunjel sau țelină (rădăcină) uscate 1807
Pepeni verzi murați 1766
Pere confiate roșii 1690
Pere verzi confiate 1689
Perișoare cu verdeață (pătrunjel și mărar) 1122
Perișoare de cartofi cu mărar și sos de smîntînă 734

Perişoare din carne de pasăre cu ciuperci 998
Perişoare din carne de pasăre cu sos de smîntînă 997
Pesmeciori cu lămîie 1487
Pesmeciori fragezi 1486
Pesmeţi cu amoniac (fursecuri) 1488
Pesmeţi presăraţi cu nucă (fursecuri) 1489
Peşte afumat 1819
Peşte conservat în saramură 1820
Peşte gratinat cu ciuperci 428
Peşte în sos tomat conservat prin sterilizare 1824
Peşte în ulei conservat prin sterilizare 1823
Peşte la grătar 404
Peşte la grătar cu sos à la grec 405
Peşte oceanic cu ciuperci (cod) 424
Peşte oceanic cu usturoi (spaniol) 423
Peşte oceanic la grătar cu sos à la grec 422
Peşte oceanic prăjit (cod) 419
Peşte oceanic rasol (cod) 420
Peşte prăjit (reţeta de bază) 402
Peşte rasol (reţeta de bază) 400
Peşte rasol cu legume 401
Peşte sărat 1818
Piept de pasăre cu andive 1004
Piept de pasăre pane 1006
Piept de porc marinat şi afumat (Kaiserfleischi) 1270
Piept de pui gratinat 971
Piept de pui pe salată de legume cu maioneză 970
Piept de viţel pane 1296
Piept de viţel umplut 1294
Piept de viţel umplut cu orez şi ciuperci 1295
Piftie de crap 453
Piftie de curcan 1024
Piftie de pasăre 1009
Piftie de porc 1229
Pilaf cu carne 1090
Pilaf de dovlecei 771
Pilaf de fazan 1356
Pilaf de găină 989
Pilaf de porumbei 1053
Pilaf de praz 866
Pilaf de prepeliţe 1342
Pilaf de pui 967
Pilaf de scoici 526
Pilaf de spanac 875
Pilaf de varză dulce 885
Pilaf de viţel 1293
Pilaf din măruntaie de pui 968
Piroşti cu carne de pasăre 1001
Pişcoturi de şampanie 1498
Piure de conopidă 787
Piure de fasole cu bobul mare 842
Piure de mazăre 827
Piure de morcovi 831
Piure de spanac cu smîntînă 870
Piure de spanac cu usturoi 871
Pizza napolitană 356
Pizza (vegetariană) cu ciuperci 355
Pîine cu cartofi 358
Pîine cu mălai 359
Pîine de casă 357
Pîrjoale de cartofi cu brînză 732
Pîrjoale de cartofi moldoveneşti 733
Pîrjoale de pasăre 994
Pîrjoale moldoveneşti 1123
Pîrjoale umplute (zrazi) 1124
Plachie de crap sau de peşte oceanic 439
Plachie de praz 865
Plachie de somn 500
Plăcintă cu brînză 1467
Plăcintă cu brînză de vaci 1460

Plăcintă cu brînză de vaci în foi de plăcintă 1461
Plăcintă cu brînză și mărar 1462
Plăcintă cu carne I 1127
Plăcintă cu carne II în foaie de strudel 1128
Plăcintă cu carne III 1129
Plăcintă cu cireșe 1459
Plăcintă cu cremă de vanilie (cremșnit) 1476
Plăcintă cu dovleac I 1465
Plăcintă cu dovleac II 1466
Plăcintă cu griș și cu fructe din dulceață 1464
Plăcintă cu mere în foi de foitaj 1478
Plăcintă cu prune 1455
Plăcintă cu urdă și mărar 1463
Plăcintă cu vișine I (aluat cu smîntînă) 1456
Plăcintă cu vișine II (aluat cu unt) 1457
Plăcintă cu vișine III 1458
Plăcintă de praz 868
Plăcintă de praz în foi de plăcinta 869
Plăcintă din foitaj cu spumă de zmeură sau de căpșune 1477
Pogace cu chimen (fără jumări) 360
Pogaci cu jumări 1232
Porumbei cu sos de ciuperci și smîntînă 1047
Porumbei fripți 1050
Porumbei înăbușiți 1048
Porumbei la frigare 1051
Porumbei pane 1046
Porumbei umpluți 1049
Porumbel, rețeta lui Păstorel 1054
Potîrnichi cu struguri 1347
Potîrnichi înăbușite cu mere 1348
Potîrnichi la frigare 1346
Praline de nuci, de arahide sau de alune 1739
Praz cu măsline 864
Praz înăbușit 863
Praz umplut cu orez 867
Praz umplut cu tocătură de carne 1102
Prăjitură cu prune 1421
Prăjitură din aluat dospit cu mere 1422
Prăjitură (plăcintă) din aluat dospit cu caise 1420
Prepelițe cu ciuperci și cu smîntînă 1340
Prepelițe cu mazăre verde 1343
Prepelițe cu mujdei de usturoi 1341
Prepelițe cu smîntînă 1339
Prepelițe înăbușite 1338
Prepelițe la frigare sau la grătar 1336
Prepelițe la tavă 1337
Prepelițe umplute 1345
Pricomigdale cu nuci 1522
Profiterol 1484
Pui à la parizien II 922
Pui ca la țară 954
Pui condimentat la grătar 920
Pui cu andive 951
Pui cu arpagic (rețetă franțuzească) 932
Pui cu bame 931
Pui cu ciuperci și smîntînă 929
Pui cu ciuperci și vin 930
Pui cu conopidă 937
Pui cu dovlecei 939
Pui cu fasole verde 945
Pui cu frigănele 972
Pui cu gulii 950
Pui cu gutui 934
Pui cu hrean și smîntînă 924
Pui cu legume 946

Pui cu mazăre 944
Pui cu mărar 941
Pui cu măsline 943
Pui cu mere renete 935
Pui cu morcovi 940
Pui cu mujdei și mămăliguță 923
Pui cu prune uscate 936
Pui cu roșii 948
Pui cu smîntînă 928
Pui cu sos alb 926
Pui cu sos de hrean 925
Pui cu sos de lămîie 927
Pui cu sparanghel 949
Pui cu tarhon 942
Pui cu varză de Bruxelles 938
Pui cu verdețuri 953
Pui cu vinete 952
Pui de baltă pane 515
Pui foarte tineri, prăjiți à la parizien I 921
Pui fript 911
Pui înăbușit la ceaun cu usturoi și mămăliguță 917
Pui înăbușiți în pungă 933
Pui la capac (pui înăbușit la cuptor) 913
Pui la ceaun 916
Pui la frigare 919
Pui la tavă cu mirodenii 912
Pui la tigaie cu mujdei de usturoi 915
Pui la tigaie cu sos de roșii și usturoi 918
PUI PANE ș;î
Pui sote cu ciuperci și smîntînă 962
Pui umplut 977
Pui umplut cu ciuperci și orez 978
Pui umplut cu pesmet și nucă 979
Pulpă de oaie cu sos picant și cu knedel 1307
Pulpă de vițel (file) cu sos de ciuperci 1292
Pulpă de vițel cu sos de vin și smîntînă 1291
Pulpă de vițel la tavă 1297
Punci de lămîie sau de portocale 1645
Purcel fript în jumătăți 1286
Purcel fript întreg 1283
Purcel umplut 1284

R

Raci fierți în vin 518
Raci fierți în zeamă de zarzavat 517
Rasoluri sau piept afumat cu garnitură de fasole sau varză 1186
Rasol alb 1056
Rasol de ciolan de vacă cu măduvă 1057
Rasol de creier de vacă cu maioneză 1059
Rasol de găină cu hrean 980
Rasol de limbă de vacă 1058
Rasol de morun sau nisetru cu sos remulad 474
Rasol de morun sau nisetru servit rece 473
Rasol din cap de vițel 1060
Rasol din piept de vacă cu legume și hrean 1055
Rață cu castraveți murați 1042
Rață cu gutui 1044
Rață cu portocale 1043
Rață cu struguri tămîioși 1045
Rață pe varză 1041
Rață sau gîscă cu măsline 1031
Rață sălbatică cu castraveți murați 1378
Rață sălbatică cu ciuperci 1379
Rață sălbatică cu măsline 1377
Rață sălbatică cu sos picant 1375

Rață sălbatică cu varză murată 1380
Rață sălbatică la tavă sau înăbușită 1374
Raviole cu carne de pasăre 1013
Raviole cu carne de pasăre à la „Florentin" 1014
Raviole cu spanac 385
Ridichi de lună umplute cu brînză 33
Rizoto din măruntaie de pui sau de găină 969
Roșii cojite conservate 1792
Roșii întregi în bulion 1799
Roșii întregi conservate în sare 1773
Roșii marinate 1754
Roșii umplute cu carne de pasăre 1000
Roșii umplute cu ciuperci și maioneză 38
Roșii umplute cu conopidă și maioneză 39
Roșii umplute cu pastă de brînză sau urdă 37
Roșii umplute cu salată de vinete 36
Roșii umplute cu tocătură de carne 1103
Roșii umplute cu tocătură de carne călită 1112
Ruladă cu cremă de unt și cacao 1506
Ruladă cu marmeladă 1507
Ruladă cu miez de nucă 1508
Ruladă (salam) de biscuiți I 1492
Ruladă de biscuiți II (cu rahat) 1493
Ruladă de cartofi cu brînză sau cu ceapă 726
Ruladă din piept de porc 1209
Ruladă de purcel 1285
Ruladă de șuncă 1243
Rulouri cu cremă de vanilie 1473
Rulouri cu frișcă 1472
Rulouri de șalău pe salată à la rus 488
Rulouri din carne de porc cu ficăței de pasăre sau ficat de porc 1208
Rulouri din carne de porc cu franzelă 1207
Rulouri din carne de pulpă cu ciuperci 1206
Rulouri din mușchi de porc cu șuncă și orez 1205

S

Salam de casă 1282
Salată de andive 104
Salată de anghinare 757
Salată de ardei gras 105
Salată de ardei gras și roșii 107
Salată de boeuf 157
Salată de cartofi cu brînză telemea 115
Salată de cartofi cu ceapă 109
Salată de cartofi cu maioneză și smîntînă 111
Salată de cartofi cu varză murată 110
Salată de castraveți 117
Salată de castraveți cu roșii și ceapă 118
Salată de ceapă verde cu ridiche de lună 123
Salată de ciuperci 119
Salată de conopidă 120
Salată de dovlecei 127
Salată de fasole albă 132
Salată de fasole verde (păstăi) 131
Salată de gogoșari copți 106
Salată de gogoșari pentru iarnă 108

Salată de heringi, cherci sau scrumbii cu ceapă, măsline și lămîie 153
Salată de heringi cu legume II 152
Salată de heringi sau de scrumbii sărate I 151
Salată de legume (à la rus) cu maioneză 116
Salată de pasăre 1015
Salată de pasăre cu andive 1016
Salată de pasăre cu maioneză 155
Salată de păpădie 142
Salată de pește cu legume și maioneză 154
Salată de praz 128
Salată de ridichi cu brînză telemea 126
Salată de ridichi de iarnă 125
Salată de ridichi de lună, ceapă verde și ouă 124
Salată de roșii 136
Salată de roșii asortată 137
Salată de roșii cu castraveți 138
Salată de sezon din crudități 129
Salată de sfeclă roșie cu ciuperci uscate 135
Salată de sfeclă roșie cu hrean sau chimion 133
Salată de sfeclă roșie rasă 134
Salată de sparanghel 122
Salată de șuncă 156
Salată de țelină cu mere 130
Salată de varză de Bruxelles 121
Salată de varză dulce 143
Salată de varză murată (miez) 144
Salată de varză murată cu cartofi 145
Salată de varză roșie 146
Salată de vinete 139
Salată din cap și picioare de vițel cu sos vinegretă 158
Salată orientală de iarnă 114
Salată orientală de sezon 112
Salată orientală trufanda (din cartofi noi) 113
Salată verde 140
Salată verde cu castraveți și roșii 141
Saleuri I 48
Saleuri II (pai parmezan) 49
Saleuri cu brînză de vaci 50
Saleuri cu chimen (sărățele) 51
Sandvișuri cu brînză telemea sau caşcaval 1
Sandvișuri cu componente asortate 3
Sandvișuri cu mezeluri sau cu carne 5
Sandvișuri cu pastă de brînză 2
Sandvișuri cu pește 4
Sarailie 1433
Saramură de aterine 410
Saramură de biban 411
Saramură de crap 437
Saramură de pește 406
Saramură de plătică sau de caracudă 412
Saramură de raci 519
Saramură de stavrizi 413
Sarmale cu carne de pasăre 1012
Sarmale cu orez și costiță 1106
Sarmale de orez cu ciuperci 813
Sarmale de pește 523
Sarmale de varză dulce cu orez și stafide 879
Sarmale în foi de varză dulce 1105
Sarmale în foi de varză murată 1104
Sarmale țărănești cu păsat 1109
Savarină 1423
Sărarea, saramurarea și afumarea șuncilor 1238
Sărățele cu cartofi 52
Sărățele cu drojdie 53
Sărmăluțe cu carne de miel 1108

Sărmăluțe de orez și ciuperci în foi de viță 814
Sărmăluțe în foi de spanac, de viță sau de tei tinere 1107
Scoici prăjite 524
Scordolea de raci 520
Sfeclă roșie marinată 1756
Sirop de cafea sau de portocale 1601
Sirop de portocale 1675
Sirop de vișine 1677
Sirop de zahăr ars (caramel) 1600
Sirop de zmeură 1676
Sirop din muguri de brad 1678
Sirop pentru însiroparea (tramparea) torturilor 1599
Sitari înăbușiți 1352
Sitari la frigare 1349
Sitari la tavă 1351
Sive de iepure 1391
Sîngerete 1249
Sîngerete afumat 1250
Sîngerete cu carne superior 1251
Sîngerete cu orez 1252
Slănină afumată 1266
Slănină crudă sărată 1265
Slănină cu aromă de usturoi 1267
Slănină cu boia de ardei 1268
Slănină fiartă în mirodenii și dată prin boia de ardei 1269
Soluție de marinată (baiț) 1271
Somn 494
Somn à la grec 497
Somn cu ciuperci 504
Somn cu orez 502
Somn cu roșii 503
Somn pescăresc 499
Somn prăjit 498
Somn rasol cu unt și cartofi 496
Sos à la grec 162
Sos alb 174
Sos alb cu ciuperci 177
Sos alb cu smîntînă 176
Sos alb dietetic 195
Sos alb picant cu tarhon 183
Sos Béchamel 175
Sos brun de legume 202
Sos brun de oase și legume (sos de bază) 203
Sos brun sau sos roșu, stins cu supă de oase 204
Sos cu gălbenușuri fierte 161
Sos cu mujdei de usturoi 188
Sos cu oțet sau cu lămîie 159
Sos cu unt și pesmet 186
Sos de cacao (subțire) I 1613
Sos de cacao II 1614
Sos de cafea 1622
Sos de caise 1628
Sos de castraveți murați 194
Sos de ceapă dietetic 196
Sos de ceapă fără făină 207
Sos de ciocolată I 1615
Sos de ciocolată II 1616
Sos de ciuperci uscate 187
Sos de coacăze sau de agrișe 211
Sos de fructe 1629
Sos de gutui 210
Sos de hrean cu smîntînă 190
Sos de hrean natur 189
Sos de lămîie cu smîntînă 178
Sos de legume fără făină 205
Sos de maioneză, cremă 169
Sos de maioneză picant (remulad) 172
Sos de maioneză verde 173
Sos de măcriș 192
Sos de mărar 193
Sos de mere (fără zahăr) 208
Sos de miere de albine și mere 1626
Sos de migdale 1630
Sos de muștar 160
Sos de rom 1624
Sos de roșii dietetic 206
Sos de roșii portughez 201

Sos de smîntînă cu ciocolată 1623
Sos de smîntînă cu hrean 166
Sos de smîntînă cu muștar 165
Sos de tarhon cu smîntînă 191
Sos de vanilie 1620
Sos de vin 1618
Sos de vin (chaudeu) 1619
Sos de vin spumos 1625
Sos de vișine 209
Sos de zahăr ars 1621
Sos dulce de lapte 1631
Sos dulce de lămîie 1617
Sos dulce de mere 1627
Sos dulce de vișine 1632
Sos olandez 184
Sos pentru gratinat (rumenit) 182
Sos picant pentru salată 164
Sos polonez 185
Sos ravigot (Ravigote) 170
Sos scordolea 167
Sos suprem cu caşcaval 181
Sos suprem cu supă de pasăre 180
Sos suprem vegetarian 179
Sos tartar 171
Sos tomat cu ciuperci 200
Sos tomat îngroșat 198
Sos tomat natural 197
Sos tomat picant 199
Sos vinegretă 163
Sote de cap de mușchi sau capac (á la Strogonoff) 1092
Sote de carne 1069
Sote din carne de vacă 1214
Sote de ficat 1319
Sote de ficat cu ceapă 1320
Sote de măruntaie de pui 961
Sote de pui 960
Sote de rinichi 1321
Spanac conservat 1793
Spanac gratinat 873
Spată de porc afumată 1272
Spumă de căpșune cu frișcă 1687
Spumă de fragi sau de căpșune 1686
Stavrizi prăjiți 414
Struguri uscați 1812
Stufat de miel 1310
Suc de fructe sau de legume 1646
Suc de roșii conservat 1798
Suc de roșii rapid, pentru acrit ciorbele 665
Suc de roși sau saramură pentru umplerea borcanelor cu legume conservate 1778
Sufleu de caise 288
Sufleu de cartofi 277
Sufleu de castane 289
Sufleu de ciocolată sau de cacao 291
Sufleu de cireșe 293
Sufleu de ciuperci 284
Sufleu de conopidă 278
Sufleu de dovlecei 279
Sufleu de fasole verde 283
Sufleu de fructe 297
Sufleu de griș pentru supă 670
Sufleu de gutui cu albuș 296
Sufleu de mazăre 286
Sufleu de mere cu albuș 295
Sufleu de portocale 290
Sufleu de spanac 285
Sufleu de sparanghel sau de varză Bruxelles 280
Sufleu de țelină 287
Sufleu de vanilie 292
Sufleu de varză 282
Sufleu de vinete 281
Sufleu de vișine 294
Sufleu din brînzeturi 276
Supă bulgărească de măcriș 566
Supă-cremă de arpacaș 580
Supă-cremă de cartofi 582
Supă-cremă de chimen 600
Supă-cremă de ciuperci cu pateuri 595

Supă-cremă de conopidă 585
Supă-cremă de dovlecei 586
Supă-cremă de fasole uscată 592
Supă-cremă de fasole verde 602
Supă-cremă de fulgi de cartofi 583
Supă-cremă de gulii 587
Supă-cremă de legume 594
Supă-cremă de linte 591
Supă-cremă de mazăre uscată 590
Supă-cremă de mazăre verde 601
Supă-cremă de mere sau de pere 579
Supă-cremă de morcovi 588
Supă-cremă de orez 593
Supă-cremă de praz 584
Supă-cremă de salată verde 597
Supă-cremă de spanac 596
Supă-cremă de sparanghel 599
Supă-cremă de țelină 589
Supă-cremă de urzici 598
Supă-cremă de vișine 578
Supă-cremă din varză de Bruxelles 581
Supă cu orez, pe bază de zeamă de legume 541
Supă cu rasol de vacă 528
Supă de bulion de roșii sau de suc de roșii 545
Supă de cartofi I 550
Supă de cartofi II 551
Supă de cartofi cu fidea 552
Supă de cartofi cu praz 553
Supă de chimen 565
Supă de cireșe 576
Supă de ciuperci cu orez sau cu găluște 569
Supă de ciuperci cu turnăței 567
Supă de ciuperci uscate (hribi) 568
Supă de conopidă 554
Supă de conopidă cu turnăței 555
Supă de dovlecei 556
Supă de fasole albă uscată 562
Supă de fasole verde 561
Supă de fazan cu găluște de griș 1368
Supă de găină 530
Supă de gulii cu turnăței 557
Supă de legume cu arpacaș 548
Supă de legume cu tăiței 546
Supă de legume cu tăiței dreasă cu ouă și smîntînă 547
Supă de linte 549
Supă de lobodă 571
Supă de mazăre verde 560
Supă de orez cu lămîie (à la grec) 542
Supă de orez pe bază de supă de legume 541
Supă de primăvară 558
Supă de roșii cu orez 543
Supă de roșii cu tăiței 544
Supă de spanac 570
Supă de sparanghel 572
Supă de turnăței 540
Supă de urzici 573
Supă de varză creață 575
Supă de varză dulce 574
Supă de vișine 577
Supă din carne de vacă 527
Supă din diferite legume 559
Supă din oase de vacă 529
Supă franțuzească de ceapă cu șvaițer 564
Supă italiană de fasole (Minestrone) 563
Supă limpede vegetariană (de legume) 539
Supe albe drese (potajuri) 538

Ș

Șalău cu maioneză 486
Șalău cu roșii provensal 487

Şalău file în aspic 484
Şalău marinat 490
Şalău prăjit 482
Şalău rasol 483
Şarlotă 1537
Şnițel de cartofi și legume 749
Şnițel de vacă cu sos tomat 1095
Şnițel de vacă natur, cu sos picant și smîntînă 1094
Şnițel de vacă pane 1093
Şnițel extra 1222
Şnițel natur 1219
Şnițel pane 1220
Şnițel parizian 1221
Şodou 1643
Şodou cu vin și rom 1660
Ştiucă marinată 507
Ştiucă prăjită 505
Ştiucă preparată în diferite feluri 508
Ştiucă rasol 506
Ştiucă umplută 509
Ştiucă umplută la tavă 510
Ştrudel cu brînză de vaci 1432
Ştrudel cu mere 1430
Ştrudel cu nuci 1431
Şuncă coaptă în aluat 1242
Şuncă fiartă 1239
Şuncă fiartă în vin 1240
Şuncă fiartă în zeamă de varză 1241
Şvarț pentru cafea cu lapte 1635

T

Tarhon în oțet 1772
Tartă cu umplutură de cartofi și brînză 745
Tarte cu bezea și dulceață sau gem 1448
Tarte cu caise 1447
Tarte cu căpșune și frișcă bătută 1444
Tarte cu căpșune, zmeură sau cu fragi 1443
Tarte cu ciuperci gratinate 352
Tarte cu cremă de vanilie și cu struguri 1449
Tarte cu legume 353
Tarte (coșulețe) cu nuci 1451
Tarte cu orez și gem de caise sau dulceață 1452
Tarte cu spanac 354
Tarte cu vișine 1446
Tarte cu zmeură și frișcă bătută 1445
Tarte de cartofi dulci 746
Tarte (coșulețe) din aluat fraged cu șarlotă 1450
Tarte din foitaj umplute cu carne de pasăre 1017
Tarte umplute cu ciuperci 30
Tartine calde
Tartine cu brînză de vaci 9
Tartine cu brînză telemea 6
Tartine cu caşcaval 7
Tartine cu caşcaval ras 8
Tartine cu jumări de ouă 22
Tartine cu ochiuri 21
Tartine cu ouă și roșii 11
Tartine cu pastă de caşcaval sau telemea 10
Tartine cu pastă de fasole 16
Tartine cu pastă de ouă 13
Tartine cu pește 18
Tartine cu preparate din carne 19
Tartine cu rondele de pastă 17
Tartine cu salată de vinete 14
Tartine cu sote de ciuperci 23
Tartine cu varză sotată (călită) 24
Tartine în culori 12
Tartine gratinate cu caşcaval 20

Tartine practice cu diferite paste 15
Tăierea porcului 1233
Tăiței cu brînză telemea 386
Tăiței cu brînză de vaci 387
Tăiței cu mac 390
Tăiței cu nuci 389
Tăiței cu varză dulce sau acră 388
Tăiței de casă 675
Tăiței sau paste făinoase cu lapte 391
Tăiței sau paste făinoase cu pesmet 392
Tobă (rețetă de bază) 1256
Tobă din căpățînă de porc cu sînge 1260
Tobă gelatinoasă (fără înveliș) 1258
Tobă în înveliș de șorici 1257
Tobă mozaicată 1259
Tocană de plămîni cu găluște de franzelă 1322
Tocană de pui 973
Tocană de vinete 893
Tocană din carne de pasăre, vită, porc sau ovine 1068
Tocană țărănească 1091
Tocăniță de cartofi cu ciuperci 736
Tocăniță de ciuperci 812
Tocăniță din măruntaie de pasăre (pui) 974
Tocătură din carne combinată cu miez de pîine 1114
Tocătură din carne (vacă, porc, oaie) cu adaos de orez 1096
Tochitură asortată din organe cu afumături 1217
Tochitură moldovenească 1215
Tochitură muntenească 1216
Tochitură suceveană 1218
Toci din cartofi la tavă 748
Toci (papanași) din cartofi 747
Topirea grăsimii de pe mațe 1235
Topirea slăninii 1234
Tort cu cremă de lămîie 1563
Tort de albuș cu miez de nucă 1567
Tort de biscuiți (rapid și practic) 1559
Tort de cacao barotat cu nuci pralinate 1556
Tort de cacao (simplu) de bază 1555
Tort de cafea „Moca" 1558
Tort de ciocolată 1562
Tort de nuci 1560
Tort de nuci cu cremă de ciocolată 1561
Tort de portocale 1569
Tort din foi cu fructe I 1564
Tort din foi cu fructe II 1565
Tort diplomat I 1570
Tort diplomat II 1571
Tort glasat și garnisit 1557
Tort mereng (tortul miresei) 1568
Trandafiri moldovenești 1278
Trigoane din aluat foitaj 1436
Trigoane din foi de strudel 1435
Turnătei 676
Turnedo 1178
Turtă dulce 1510
Turtă dulce cu dovleac 1514
Turtă dulce cu miere de albine 1509
Turtă dulce cu stafide și miez de nucă 1512
Turtă dulce fără miere și fără ou 1511
Turtă țărănească cu mălai și dovleac 1513
Tuslama 1330

Ţ

Ţelină à la grec 94
Ţelină cu măsline 96
Ţelină cu sos de lămîie 95
Ţipar prăjit 514

U

Uger de bovine sau porcine la grătar 1327
Uger de vacă cu măsline 1326
Uger de vacă cu sos tomat 1325
Uger de vacă pane 1324
Umplutură de brînză de oaie 44
Umplutură de brînză de vaci pentru pateuri şi alte aperitive 43
Umplutură de ciuperci pentru pateuri şi alte preparate 45
Unt condimentat 1163
Unt condimentat, picant 83
Urs 1402

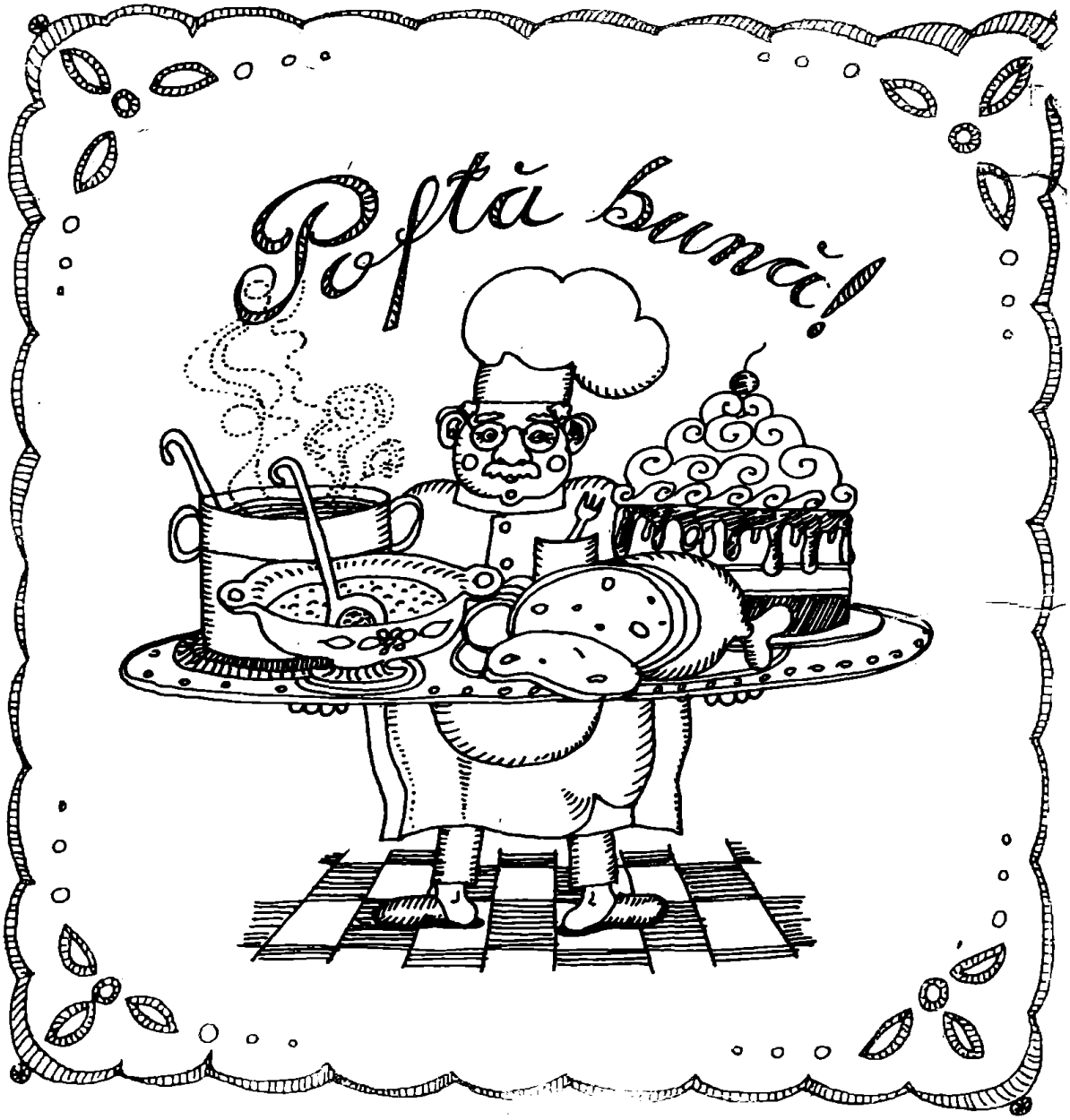
V

Varză acră cu măsline 882
Varză acrită rapid 1767
Varză căpăţîni murată 1769
Varză clujeană 1111
Varză clujeană vegetariană 881
Varză creaţă pane 880
Varză cu tăiţei 878
Varză dulce călită cu smîntînă 877
Varză dulce sau varză murată pentru umplutură 886
Varză murată călită 876
Varză roşie în oţet 1768
Varză tocată murată 1770
Varză umplută cu tocătură de carne 1110
Vărzări moldoveneşti 884
Verdeţuri conservate în sare 1777
Verdeţuri uscate pentru iarnă 1810
Vin de coacăze (cidru) 1667
Vin de corcoduşe 1668
Vin de măceşe 1672
Vin de mere (cidru) 1669
Vin de prune 1674
Vin de stafide sau de smochine 1671
Vin de struguri preparat în casă 1664
Vin de vişine (cidru) 1670
Vin de fructe de porumbar 1673
Vin dulceag din boască de struguri 1665
Vin fiert 1651
Vin spornic 1666
Vinete conservate în bulion 1794
Vinete cu roşii la cuptor 891
Vinete dublu pane 889
Vinete gratinate 890
Vinete împănate conservate în bulion 1796
Vinete împănate (îmambaialdi) 97
Vinete în bulion conservate pentru musaca 1795
Vinete pane 887
Vinete simple pane 888
Vinete tocate conservate 1797
Vişinată 1661
Viţel cu sos alb şi legume 1290
Volovan (vol-au-vent) cu carne de pasăre 1018
Volovan cu carne de pasăre şi ciuperci 1019
Volovane cu ciuperci 31
Volovane cu legume şi cu sos de smîntînă 32
Vrăbioară cu ciuperci 1196
Vrăbioară cu sos de bere (carbonade de boeuf) 1192
Vrăbioară cu spanac 1198

/răbioară de vacă cu ceapă la tigaie 1191
ăbioară de vacă cu fasole verde 1197

Z

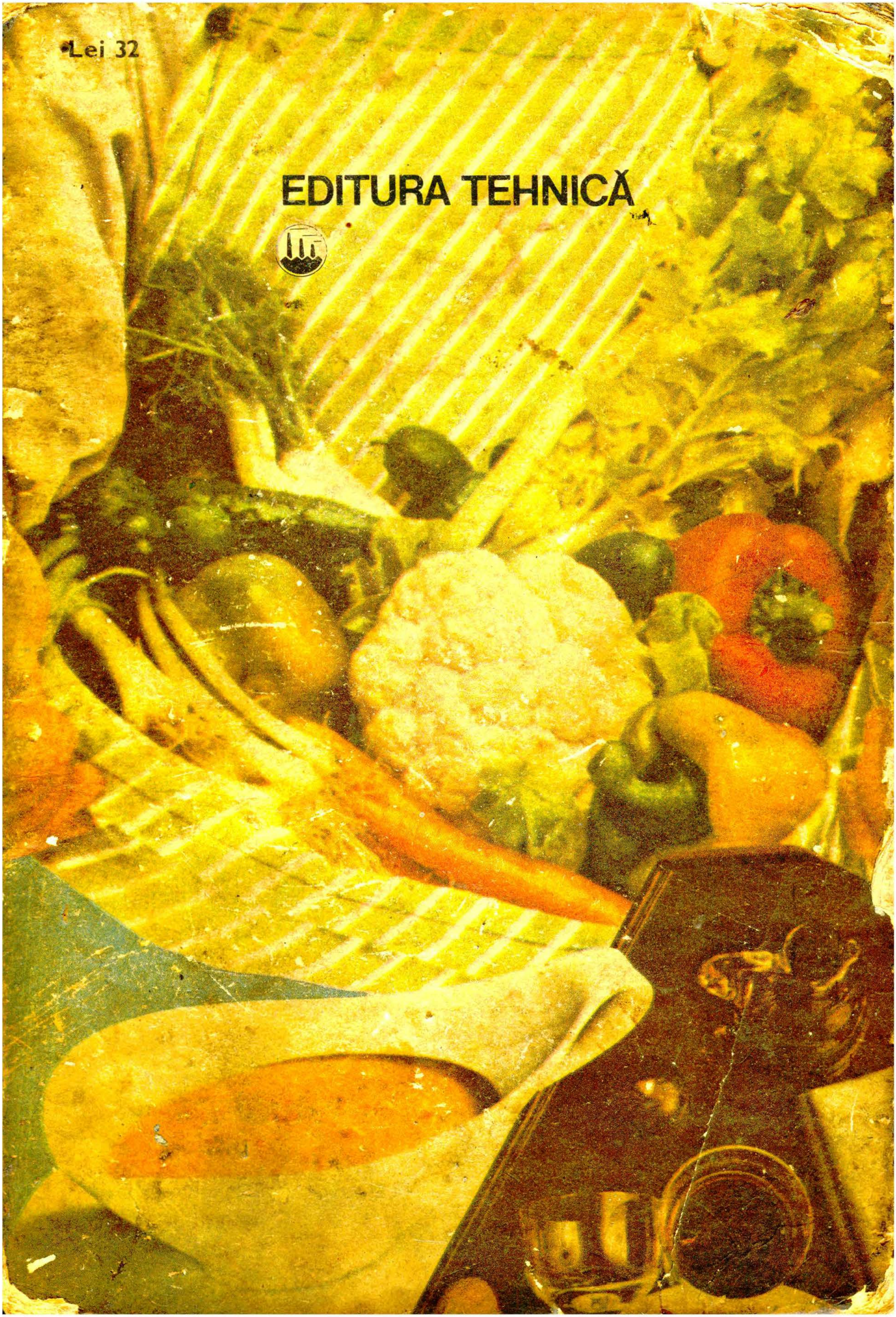
Zacuscă de ciuperci 91
Zeamă de varză murată 667
Zacuscă de șalău, crap, somn sau cod 493
Zbîrciogi cu smîntînă 795
Zacuscă din carne de pasăre și ciuperci 1020
Zacuscă de ardei cu vinete 1817
Zacuscă de gogoșari 1816
Zacuscă de legume 1815


Poftă bună!

Redactor: ing. OLGA STOIAN
Tehnoredactor: MARIA TRĂSNEA
Coperta şi supracoperta: DANA SCHOBEL ROMAN

Bun de tipar 3 III 1986
Coli de tipar 32
C.Z. 641.5

Tiparul executat sub comanda nr. 60 015
la Combinatul poligrafic „Casa Scînteii"
Piaţa Scînteii, nr. 1, Bucureşti
Republica Socialistă România

Lei 32

EDITURA TEHNICĂ